# YOGA & MEER – DEINE AUSZEIT AUF ZYPERN

KURSNUMMER: **ZYP 03**
KURSZEIT: **ca. 4 Std./Tag**
PREIS: **€ 1145**



## Rosa Catalano:

Zwei Jahre Privatunterricht inkl. Sanskrit (Teacher Damini Dalal) 2005
Yogalehrerin by Academy of Yoga in Mumbai (älteste Yoga Institut in der Welt) 2007
Yogalehrerin Yoga Veda
Zertifizierter Reiki Master
Zertifizierter Reiki Ausbilder

## 06.05. - 13.05.2027

Stell dir vor: Du wachst mit der Sonne auf, die sanften Wellen des Meeres begleiten deine ersten Atemzüge. In dieser Woche auf Zypern tauchst du tief ein – in dich selbst, in die Kraft des Yoga und in die heilende Energie dieses magischen Ortes.

Jeden Morgen beginnen wir den Tag mit einer kraftvollen, achtsamen Yoga-Praxis – mal fließend, mal still, immer genau so, wie es die Gruppe braucht. Kriya-Techniken reinigen und bereiten Körper, Geist und Seele darauf vor, sich ganz zu öffnen. Am Abend lassen wir den Tag mit einer wohltuenden Yoga-Session ausklingen, um loszulassen und bei uns selbst anzukommen.

Ob kraftvolle Asanas, sanftes Yin, Meditation oder Atemarbeit – jede Einheit führt dich näher zu dir selbst, ins Hier und Jetzt. Diese Woche ist ein Geschenk an dich: eine Einladung, zu spüren, was du wirklich brauchst.

Wir genießen **frische, gesunde Speisen aus lokalen Zutaten**, direkt aus dem Garten – mit weitem Blick über das endlose Blau des Meeres. Das **Hotel liegt direkt am Strand**, ein perfekter Ort für Ruhe, Weite und neue Perspektiven. Wer möchte, kann sich mit einer Massage verwöhnen lassen oder die Energie der Insel auf **Trails entlang der Adonis- und Aphrodite-Route** entdecken.

Seit über 20 Jahren ist Yoga mein Weg, mein Herz mein Kompass. Meine Arbeit ist tief verbunden mit **Heilung – durch Bewegung, durch Energiearbeit, durch Reiki.** Ich lade dich ein, gemeinsam mit mir in diese Woche einzutauchen.

Komm mit, wenn du spüren möchtest, was es bedeutet, wirklich da zu sein – in deinem Körper, deinem Geist, deinem Herzen. **Ich freue mich auf dich.**

## INKLUSIVLEISTUNGEN:

- Unterbringung zu zweit im DZ oder EZ (EZ-Zuschlag: 195 €/Woche)
- Teilnahme am Ferien-Seminar
- Halbpension (Frühstück- & 3-gängiges Abendessen)
- Sammeltransfer ab/bis Flughafen Paphos (ab 2 Personen)
- Sammeltransfer ab/bis Flughafen Larnaca (ab 6 Personen)