

Eine geplante Ruhepause...

Rückzug aus dem Alltag, Auszeit im Friaul – in Lignano Sabbiadoro - zwischen den Gipfeln der Dolomiten, ihren Weingütern und der Adriaküste



Wir laden Dich ein, Körper, Geist und Seele zu regenerieren

Unser Meditations-Urlaub gibt Dir die Möglichkeit, heilsame Natur und Meditationserfahrung miteinander zu kombinieren.

Praxisübungen auf Meditation und Achtsamkeit basierend, verschiedene sanfte Körperübungen sowie selbstreflektierende Übungen zu den Meditationen werden in der Natur und am Meer vertieft.

Auch die Verköstigung von besonderen regionalen Spezialitäten und 2 geführte Ausflüge sind Teil des Meditationsurlaubs.

Reine Kurskosten CHF 550.– pro Person

Kost und Logis plus Ausflüge auf eigene Kosten. Infos und Empfehlungen über uns.



Anmeldung und weitere Infos:
info@corepraxis.ch oder Telefon:

079 423 29 00 oder 079 384 47 50

Mike Caruso Ida Caruso

Infos über uns: www.corepraxis.ch



Anmeldefrist: 31. März 2022

Meditation & Achtsamkeitswoche

Die Energie der Präsenz
4. – 11. September 2022



Wie werde ich zum Beobachter? Wie realisiere ich meine Wünsche?

- Zeit für sich haben, die Ruhe und Schönheit der Natur genießen bringt Dich zur Deiner wahren Natur zurück.
- Dadurch lebst Du Dein Leben intensiver und erschaffst Räume für Deine wahren Wünsche.