

# Yoga + Ferien 1 →

18. - 21. Juli 2019  
Donnerstag - Sonntag



Teilnahme auch an einzelnen Tagen möglich!



## Tagesablauf:

07.00 Uhr: Stille Meditation  
07.30 Uhr: Kirtan- und Bajans-Singen  
08.15 Uhr: Hatha Yoga  
10.00 Uhr: Frühstück und Freizeit(-möglichkeiten)  
16.00 Uhr: Hatha Yoga  
18.00 Uhr: Abendessen  
19.30 Uhr: Tanzen  
20.00 Uhr: Stille Meditation  
20.30 Uhr: Kirtan- und Bajans-Singen  
21.15 Uhr: Ende, Sauna etc.

### Wann?

Ein Tag = 16.00 Uhr bis nächster Tag ca. 11.30 Uhr (nach Frühstück)

### Wo?

Börsenhof Hornung - 2761 Miesenbach, Tel. 0 26 32/82 06  
Details und Freizeitmöglichkeiten: <http://www.boersenhof.at>

### Wer?

Walter Bracun, autorisierter Yogalehrer, mehrjährige Selbsterfahrung

### Was kostet 's?

- Seminar: EUR 75,- (1. Tag) + EUR 60,- (2.Tag) + EUR 45,- (3. Tag)  
=> gesamt (alle 3 Tage): EUR 180,-
- HP/DZ: EUR 40,40 bzw. 45,40 (Kat. S bzw. A)
- HP/EZ: EUR 7,- zusätzlich zu den Preisen im DZ pro Person und Nacht

### Gutscheine? Ermäßigungen?

Pro mitgebrachter Person, die bei mir noch keinen Kurs/Seminar besucht hat, erhältst du einen (Kurs-/Seminar-)Gutschein im Wert von EUR 30,-  
Ermäßigungen im entsprechenden Newsletter.

### Anmelden?

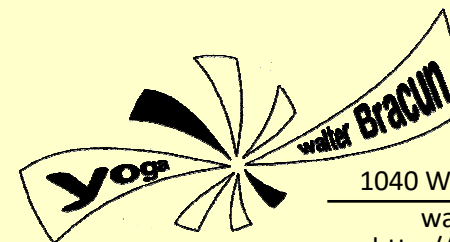
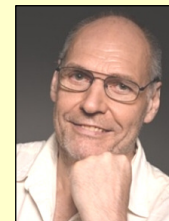
**ACHTUNG:** Wegen der Zimmer bitte **unbedingt bis \*21. Juni 2019\*** anmelden; Anmeldung = Überweisung der Seminargebühr auf das Konto bei der Hello Bank! AT11 1925 0653 0611 3206 (W. Bracun).

### Was bringt 's?

Spaß, Entspannung, Ruhe, neue Erkenntnisse, Wohlergehen, Leistungsfähigkeit und - ein frisches Körpergefühl!

### Bitte beachte für die Dauer des Seminars:

Vegetarische Ernährung ohne Suchtmittel wie Alkohol, Kaffee, schwarzer Tee, Nikotin etc.  
Keine Disco oder sonstige Wirtshausbesuche,  
Teilnahme an allen Übungen !!!



0699/194 184 21  
1040 Wien, Waaggasse 2/46  
[walter@yoga-bracun.at](mailto:walter@yoga-bracun.at)  
<http://www.yoga-bracun.at>