

18. - 22. Juli 2018

FLIMS

Kanton Graubünden



# MEDITATIVES YOGA RETREAT

mit **FLORIAN PALZINSKY**

## Casa Las Caglias

Via Las Caglias 3,  
CH-7018 Flims, Waldhaus

**KOSTEN** ab CHF 990

CHF 350 für Unterricht  
CHF 640 für 4 Übernachtungen &  
vegetar. Bio-Verpflegung der  
Gesundheitsköchin Daniela Wolff:  
[www.danielawolff.com](http://www.danielawolff.com)

**INFO & ANMELDUNG**

[www.yogaundmeditation.at](http://www.yogaundmeditation.at)

[www.casalascaglias.ch](http://www.casalascaglias.ch)

T: 0819111631/ Fax: 0819112494

[info@casalascaglias.ch](mailto:info@casalascaglias.ch)



Das **Retreat** präsentiert den ganzheitlichen Aspekt von Yoga, und ist sowohl für inspirierte **Anfänger** als auch für **Yoga-Erfahrene**. Dabei werden **Meditation & Körperpraxis** mit Atemübungen, Entspannung, Philosophie und Gesprächsrunden kombiniert.

Florians lebendiger Unterricht bietet Inspirationen für eine weiterführende Selbstpraxis und zeigt das Potential der eigenen spirituellen Entfaltung.

**FLORIAN** ist seit 2004 freiberuflicher Yoga & Meditations-Lehrer mit umfassenden Ausbildungen in Europa, Indien und Australien. Vorher war er zwölf Jahre buddhistischer Mönch in Asien.

### ZEITEN

**Beginn:** Mittwoch, 18 Uhr

**Ende:** Sonntag, 12 Uhr

DO – SO:

07:30 – 11:30 Uhr mit Teepause, anschließend Brunch

DO – SA:

16:30 - 18:30 Uhr anschließend Abendessen

Am DO + SA Abendession ab 19:30 Uhr

YOGA & MEDITATION