

# Yin Yoga, Vipassana & Meer

Tage der Tiefenregeneration, stillen Freude & des Frühlings

Yoga- und Meditationsreise nach Andalusien / Malaga vom 16. bis 23.02.2020 mit Joerg A. Wings

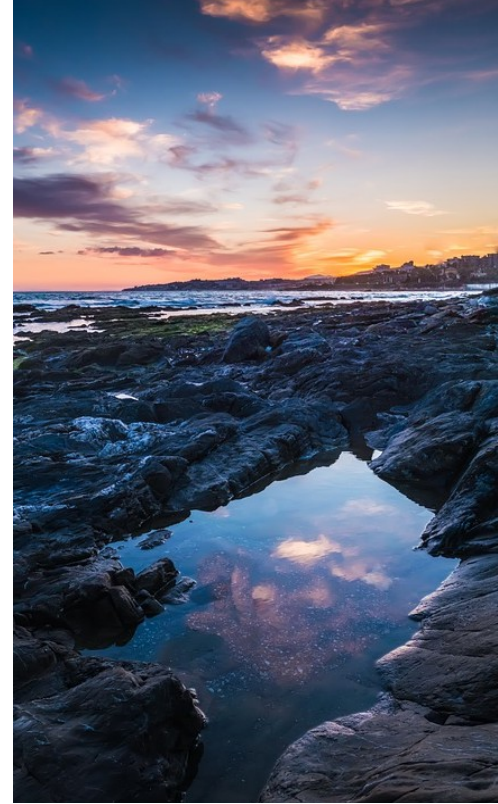


# Yin Yoga, Vipassana & Meer

Yoga- und Meditationsreise nach Andalusien / Malaga vom 16. bis 23.02.2020 mit Joerg A. Wingen



Yin Yoga in Stille, Bewegung und Atem,  
Vipassanameditation – Buddhas Technik – Tiefenentspannung  
und Ausflüge dort, wo Europa am schönsten ist.  
Tage der Besinnung, Tiefenregeneration und Lebensfreude für Dich,  
inmitten der Kraft und Weite Südspaniens, bei guten Wetter und  
unmittelbar am Meer.  
Lust? Dann komm mit ans Meer und erlebe eine Reise, die Dir eine  
Erinnerung auf Lebenszeit sein wird, die Dich in eine neue Verbin-  
dung mit Dir Selbst führt.



# Yin Yoga, Vipassana & Meer

Yoga- und Meditationsreise nach Andalusien / Malaga vom 16. bis 23.02.2020 mit Joerg A. Wingen

## Informationen

- ★ zu Unterkunft / Haus und Umgebung [hier](#)
- ★ zu [Granada \(Alhambra\)](#) und [Gibraltar](#) (je ~1 Autostunde)
- ★ generell zur Region (Reiseführer online) [hier](#) und [hier](#)
- ★ zum Klima vor Ort [hier](#)
- ★ zu Yin Yoga [hier](#)
- ★ zu Vipassana [hier](#) und
- ★ zur Leitung der Reise: Joerg A. Wingen [hier](#).

## Wochenprogramm (Montag-Samstag)

- 07:00-08:45 Uhr Vipassana & Yin Yoga (täglich)  
08:45-10:00 Uhr Frühstück  
17:45-19:00 Uhr Vipassana & dyn. Yogastunde (Mo/Mi/Fr)  
19:00-20:00 Uhr Abendessen  
20:30-21:15 Uhr Vipassana (täglich)  
21:15-21:45 Uhr Tiefenentspannung (Di/Sa)  
... sowie zusätzlich Ausflüge und Vorträge in Absprache



# Yin Yoga, Vipassana & Meer

Yoga- und Meditationsreise nach Andalusien / Malaga vom 16. bis 23.02.2020 mit Joerg A. Wingen



## Deine Investition

- ▶ Seminar: €295
- ▶ Unterkunft / Verpflegung (7 ÜN, HP) im DZ €595 und EZ €700/740
- ▶ Günstige Flüge (z.B. Malaga) findest Du z.B. [hier](#) oder [hier](#)

Die Reisegruppe ist auf 10 TeilnehmerInnen beschränkt.

Anmeldung via ✉ an [yoga@silentflow.eu](mailto:yoga@silentflow.eu). Ich freue mich auf Dich!

