Neue Wege
Bewusst Reisen

Madeira

Ayuryoga-Reise mit Katharina Malu Peters

- ✔ Ayuryogakurs, Meditation, Pranayama und Mantrasingen
- ✔ Ayurveda – das Wissen vom Leben
- ✔ Erholung am Atlantik mit ganzjährig mildem Küstenklima

09.01.2021
bis
23.01.2021

AYURVEDA ÜBER DEM ATLANTIK

Das Vier-Sterne Ayurveda und Yoga Resort Alpino Atlantico liegt an der trockenen und sonnigen Südost Küste Madeiras, hoch über dem Atlantik und mit direktem Blick auf die unendliche Weite des Meeres. Unter der Leitung von Dr. Gopal aus Kerala werden im Ashoka Ayurveda Kurzentrum individuell ganzheitliche ayurvedische Kurprogramme angeboten.

Ayurveda und Yoga stehen in enger Verbindung zueinander, basieren doch beide Systeme auf einer Philosophie des Bewusstseins und einer natürlichen Lebensweise. Im Ayuryoga praktizieren wir Yoga nach ayurvedischen Prinzipien: Gleichgewicht der Energien, Aktivierung der Selbstheilungskräfte und Förderung der Selbstentwicklung. Ayuryoga unterstützt gezielt die reinigenden, entgiftenden und harmonisierenden Wirkungen der Ayurveda Kur.

MADEIRA – Perle des Atlantiks, Insel des ewigen Frühlings... das Farbenfrohe, die Formenvielfalt, das nicht Alltägliche findet sich in den zahlreichen tropischen Gärten und Parks der Insel. Es blüht nicht alles auf einmal, doch irgendeine Knospe ist immer offen, auch im Winter!
FUNCHAL, die lebendige Inselmetropole mit beschaulichem Charme ist nur eine halbe Std. von unserem Hotel entfernt. Auf der Uferpromenade kann man flanieren, in den bunten Gassen der Altstadt und im herausgeputzten Fischerviertel.

Katharina Malu Peters freut sich auf eine gemeinsame Ayurveda- & Yoga-Reise mit Ihnen, die in diesem Jahr in Europa, alle Erwartungen an eine intensive Ayurveda Kur, begleitendes Yoga Programm und entspanntes Urlaubsfeeling, erfüllen wird.

Ihre persönliche Ansprechpartnerin bei NEUE WEGE
Carina Sesterheim, +49 2226 1588-102, c.sesterheim@neuewege.com
Ihre Kursleitung: www.neuewege.com/katharinamalupeters

REISETERMIN
09.01.2021 - 23.01.2021

PREIS
ab 2.950,- €
EZ-Aufpreis 490,- €

REISELAND
Portugal, Madeira

MEHR INFOS
www.neuewege.com/1PTS0201

IHRE KURSLEITUNG
Katharina Malu Peters
dipl. Sängerin & Atemkursleiterin; Yogalehrerin & Ayur-Yogalehrerin; Dozentin in der Yogalehrer Aus – und Weiterbildung; Mental Trainerin; Yoga-Personal-Trainerin; Holistic Pulsing Therapeutin – Im Hatha-Yoga, Yin & Yang für Körper, Geist und Seele und dem Mantrasingen als eine Form der aktiven Meditation verbindet Katharina ihre beiden großen Leidenschaften: Yoga und Musik.