

# Stille Mini-Auszeit

## Mit Yoga, Meditation, Mantras, Ritualen im Edlen Schweigen

FR, 19. - SO, 21. Februar 2021 im Kulturkloster in Altdorf, UR



Tiefgründige Yoga- und Meditations-Praxiseinheiten bündeln unsere Kräfte und bringen uns in eine wache Präsenz. Dabei bleibt viel Raum und Zeit für das individuelle Sein. Die erfüllende Ur-Kraft der Mantras begleitet uns durch die Tage.

Das Angebot richtet sich an erholungsbedürftige Yoga- und oder Meditationserfahrene, die in Achtsamkeit und in der Stille ein Wochenende verbringen möchten.

Nebst dem Kursprogramm können vor Ort bei [Silvia Muheim](#) TCM Therapieeinheiten gebucht und genossen werden.

**Kursleitung:** Bettina Baumgartner SYV, EYU und Silvia Muheim TCM Therapeutin

**Ort:** [Kulturkloster in Altdorf, UR](#)

**Kosten:** CHF 310.-

**Termin:** FR, 28.02.20 ab 12:30 Uhr bis SO, 01.03.2020 14:00 Uhr

**Anfrage:** [info@wanderer-der-welten.ch](mailto:info@wanderer-der-welten.ch) / 078 778 32 24

**Die Zimmerpreise im EZ, DZ oder Mehrbettzimmer richten sich nach den Preisen des Kulturklosters.**