

# Intensivwoche: Atmen

auf Korfu im Mythos Corfu  
mit Angelika Beßler und Eckard Wolz-Gottwald

Samstag 3. Juni - Samstag 10. Juni 2023

## Thematik

- ◆ Wir werden uns ausgiebig dem Atem widmen. Die Verfeinerung und innere Ausrichtung unseres Atmens in der Yogapraxis führt uns wie ein roter Faden durch die Woche.
- ◆ Die Yogapraxis wird mit philosophischen Übungen begleitet. Wir werden so die Ursprünge des achtsamen Atmens erforschen, wie sie in den Texten der buddhistischen Spiritualität zu finden sind. So können diese ältesten Quellen der Weisheit unsere heutige Praxis inspirieren und in die Tiefe führen.

## Ort

- ◆ Wir haben mit dem Mythos Corfu einen wunderbaren Ort im Nordwesten der griechischen Insel Korfu gefunden.

## Zeiten

- ◆ Die Intensivwoche beginnt am Samstag 3. Juni mit dem Abendessen. Sie endet am Samstag 10. Juni mit dem gemeinsamen Frühstück.
- ◆ Innerhalb von 6 Tagen werden täglich 5 UE Fortbildung angeboten (30 UE insgesamt). Der Unterricht endet in der Regel um 13 Uhr. Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung. So können wir intensives Lernen mit viel Zeit für hoffentlich wunderbare Urlaubsmomente verbinden.

## Kosten

für die Fortbildung: 390,00 € (Frühbucherrabatt 370 €)  
für Unterkunft und Verpflegung: Basispreis 595,00 € (3 % Frühbucherrabatt bis 31.1.2023)  
*Zuschlag EZ, geteilte DU/WC 90,00 €; Zuschlag EZ, eigene DU/WC 130,00 €*  
7 Übernachtungen, Frühstücks- und Abendbüfett und Transfers vom/zum Flughafen Kerkyra

## Anmeldung

Die Anmeldung für die Weiterbildung/Yogaferien und die Buchung der Unterkunft erfolgen getrennt:

1. Zuerst meldet euch für die Fortbildung mit Anmeldeformular an der YAMO an, am besten per Mail ([yoga@ya-mo.de](mailto:yoga@ya-mo.de)). Das Formular kann über E-Mail angefordert oder über die Website direkt heruntergeladen werden.
2. Mit der Bestätigung der Anmeldung erhaltet ihr dann das Formular, mit welchem ihr die Unterkunft im Mythos Corfu beim Reisebüro buchen könnt (Inside Travel, Klaus-Honauer-Str. 1, D-83512 Wasserburg a. Inn, Tel: +49 (0)8071-2781, E-Mail: [info@inside-travel.com](mailto:info@inside-travel.com)).

Wenn gewünscht bucht Inside Travel auch den Flug oder einen anschließenden Urlaubsaufenthalt.

*Weiter Infos könnt ihr auf unserer Website nachlesen oder bei uns direkt erfragen.*