

# YOGAWOCHE MIT MARTINA EGGER

## 15. - 20.10.2017

STOCK   
feeling

Mit Liebe und Hingabe geleitet Sie Martina Egger durch eine faszinierende Welt meditativer und heilsamer Werkzeuge. Yoga, Ying-Yang-Yoga, Ashtanga-Yoga und Pranayama sind einige der Lehren, die die professionelle Meisterin traditioneller Heilkünste Ihnen näherbringt – in der Praxis, in reizvollen Impulsvorträgen und bei gemeinsamen Sessions. Martina Egger ist mehr als eine begeisterte, BDY-zertifizierte Yoga-Lehrerin. Sie ist zudem diplomierte Hebamme und TCM-Therapeutin: Lernen Sie sie und Ihre ganzheitlichen Techniken in einer unglaublich anregenden und erfüllenden Woche des Glückes und der Zuversicht kennen.



## PROGRAMM

**SO, 15.10.2017**

21.30 Uhr

Come together und Impulsvortrag  
„Aufstehen, Hinschauen und Entscheidungen treffen“

**MO, 16.10.2017**

08.00 - 09.30 Uhr

AYInnovation® Yogaeinheit – Finde Deinen Rhythmus

16.30 - 17.45 Uhr

YIN Yoga – Erfahre Dich aus deiner Mitte heraus

17.50 - 18.20 Uhr

Geführte Meditation „Sei da, wo gerade das Leben stattfindet – bei Dir!“

**DI, 17.10.2017**

08.00 - 09.30 Uhr

AYInnovation® Yogaeinheit – Geführte Einheit:  
„Verbindung entsteht durch Bewegung“

17.30 - 18.15 Uhr

YIN Yoga – Erfahre Dich im Wandel

21.30 - 22.00 Uhr

Meditation: DU BIST DA

**MI, 18.10.2017**

08.00 - 09.30 Uhr

AYInnovation® Yogaeinheit – Atemzug für Atemzug  
zu neuer Energie

17.30 - 18.00 Uhr

Herzmeditation – Das grüne Licht der Heilung

**DO, 19.10.2017**

08.00 - 09.30 Uhr

AYInnovation® Yogaeinheit – Fließende Sequenz –  
Lass Leichtigkeit in Dir sichtbar werden

17.15 - 18.15 Uhr

YIN Yoga – Gesunde Balance von Innen

**FR, 20.10.2017**

08.00 - 09.30 Uhr

AYInnovation® Yogaeinheit – Verbundenheit auf allen  
Ebenen – mit der Kraft der Asanas strahlen

13.30 - 14.30 Uhr

YIN Yoga – Alles ist in allem vorhanden –  
Einheit zwischen Körper, Geist und Seele



## UNSER TOP ANGEBOT

5 Übernachtungen inklusive  
Wellness - Verwöhhnpension,  
allen Stock Inklusivleistungen,  
dem Wochenprogramm und  
allen Vorträgen und Einheiten.

ab € 950,- im DZ Penken  
(Preise pro Person und Aufenthalt)

(Pauschale in allen Kategorien buchbar,  
Programm- und Preisänderungen vorbehalten.  
Leistungen nicht abwandelbar oder bar auslösbar!)

**STOCK** resort  
6292 Finkenberg 142  
Zillertal / A

t: +43 . 5285 . 6775  
e: urlaub@stock.at  
w: stock.at