

Yoga für Frauen: *Jongoma* ein urweiblicher Weg

Wochenendseminar für YogalehrerInnen und für alle, die dabei sein wollen.

Das Wort Jongoma kommt aus Senegal und bedeutet nicht junge Oma, wie es manche beim schnellen Durchlesen verstehen, sondern schöne, kluge Frau mit aufrechtem Gang.

Seminarinhalte:

- ✚ Bedeutung und Kraft von Symbolen
- ✚ Körperhaltungen in Verbindung mit altem Frauenwissen
- ✚ Bewegungsabläufe für eine aufrechte Frauenbewegung
- ✚ Ritual zum Frausein
- ✚ freies Sich-bewegen-Lassen



Kursleiterin: Andrea Walenta *** www.jongoma.info
Ort: Seminarhotel Steinhauser St.Kathrein am Offenegg
Kurspreis: € 200,- (StudentInnen € 100,-)
0664-3835030 *** andrea.walenta@jongoma.info

Termin: 12. bis 13. November 2016 *** Beginn/Ende: Samstag 9.00 – Sonntag 12.30

Zimmerreservierung Hotel Zum Steinhauser (Inh. Barbara und Josef Vorauer)
office@steinhauser.at Tel.: 03179/ 8236; 8171 St. Kathrein am Offenegg, 1. Viertel 10

Wichtige Details: Die Tagespauschale für das Essen sowie die Übernachtungskosten sind im Kurspreis nicht enthalten. Die Reservierung für die Übernachtung ist selbst zu organisieren. Selbstverständlich ist die Anmeldung verbindlich. Bei Abmeldung drei Wochen vor Seminarbeginn entfällt eine Stornogebühr von 50%. Bei Abmeldung eine Woche vor Seminarbeginn bzw. bei Nichterscheinen ist der gesamte Kurspreis zu bezahlen. Ausgenommen sind schwerwiegende Gründe wie z.B. Krankheit.

Informationen zum Hotel

Das Hotel Zum Steinhauser befindet sich ruhig gelegen am Ortsrand von St. Kathrein am Offenegg, umgeben von Wiesen. Zu Fuß ist der Waldrand, mit seinem herrlichen Panorama, rasch erreichbar.

Wir kochen vorwiegend mit regionalen Produkten, die wir von heimischen Betrieben beziehen. Größten Wert bei der Zubereitung unserer Gerichte legen wir auf unsere Kräuter aus dem eigenen Garten!

Vegetarier und Veganer verwöhnen wir mit fleischlosen bzw. mit rein pflanzlichen Köstlichkeiten.

Nächtigungspauschale mit Frühstück, Mittag- und Abendessen:

€ 79,00 pro Person und Nacht im Doppelzimmer

€ 2,00 Ortstaxe pro Person und Nacht

€ 14,00 Einbettzimmerzuschlag

Tagespauschale ohne Nächtigung mit Mittagessen: € 20,00 pro Person

Tagespauschale ohne Nächtigung mit Mittag- und Abendessen: € 36,00 pro Person