

Begleitung



Andreas Spornberger

Univ.-Assistent
Trainer für Integratives Atmen
Männer-, Natur- und
Chakrenarbeit

www.atem-fluss.at

Margarete Spornberger

dipl. Tanzpädagogin
Tänzerin aus Leidenschaft
Zeitgenössischer Tanz
Kreativer Kindertanz
„mit Leib und Seele tanzen“

www.tanz-raum.at

Anmeldung

per E-Mail oder telefonisch
margarete@tanz-raum.at,
Tel. 0680/5565856

Seminarkosten:
220 € bei Anmeldung bis 30. Mai 2020
danach: 250 €
Ermäßigung auf Anfrage möglich

Dein Platz ist fixiert durch Anzahlung
von 120€ auf folgendes Konto:
IBAN: AT90 1100 0144 4123 2700
Inhaberin: Margarete Spornberger

Bei Abmeldung wird die Anzahlung als
Stornogebühr einbehalten, außer es
wird ein Ersatz-Teilnehmer genannt.

Weitere Details bekommst du nach der
Anmeldung zugeschickt!



Tanzen Durchatmen Feiern

Landhotel Yspertal
13. - 16. August 2020

Da wir beide Atem und Tanz als Quellen unserer **Lebenskraft** erfahren, ist es uns eine Freude, auch anderen Menschen einen Raum dafür zu bieten.

Der **bewusste Atem** führt uns auf unmittelbare Weise in eine tiefere Wahrnehmung, reinigt und nährt uns.

Der **freie Tanz** lädt uns ein, ein Stück heraus zu treten aus dem Alltag und der Weisheit des Körpers zu lauschen.

Spielerisch kommen wir in Kontakt mit unserer **Lebendigkeit**, **Kreativität** und **Lebensfreude** und öffnen uns für die Erfahrung von Verbundenheit.

Ein Fest für Leib und Seele!
Ein tiefes **Durchatmen** in wundervoller Umgebung!

*The moment you start acting
like life is a blessing,
it starts feeling like one.*

Was erwartet Dich?

Morgenmeditation mit Atem
und Bewegung

Am Vormittag
„Mit Leib und Seele tanzen“

Am Nachmittag
Freizeit/Wandern/Natur

Vor dem Abendessen eine
Einheit „Atme Dich frei“

Am Abend freies Tanzen,
Ritual, Singen, Feiern



Wann?

Donnerstag, 13. August, Abend
bis Sonntag, 16. August, Mittag

Wo?

Landhotel Yspertal
3683 Yspertal, Ysper 1
gut erreichbar mit Zug u. Bus
bzw. in Fahrgemeinschaften

Unterkunft und Verpflegung

(biologische Vollwertkost)

Vollpension pro Tag:

66€ im Viererzimmer

90€ im Doppelzimmer

100€ im Einzelzimmer

Zimmerreservierung über uns!

www.landhotelyspertal.at

