

Seminarhaus Bahrenhof
Valeska Schmidt-Tychsen
Bahrenhof, Tefkebüller Weg 1 · 25899 Galmsbüll
Tel. 04661-67303 · www.yogabahrenhof.de

Yoga – Klang – Malen in den Rauh Nächten 04. und 05. Januar 2019 auf dem Bahrenhof in Galmsbüll

Wovon die Alten singen

In den Rauh Nächten
Zwischen den Jahren
Tanzen Stürme
mit tosenden Gewalten

Dinge verändern sich
Gedanken gewinnen Gestalt
Wünsche und Ängste
Kämpfen um den Gral

In tiefen Gewölben
Schlummert die Zukunft
Wartend auf den Impuls
Funken der Inspiration

Barbara.F. Kolb

In der magischen Zeit der Rauh Nächte, die auch die zwölf heiligen Nächte genannt werden, ist der Schleier zur Anderswelt besonders dünn.

Es ist eine Zeit des Orakelns, des Räucherns, des Kontaktes mit den Ahnen und dem Bewussten verbinden mit den Inneren Welten.

Buchtipp: Jeanne Ruhland –Das Geheimnis der Rauh Nächte, Ein Wegweiser durch die zwölf heiligen Nächte,-

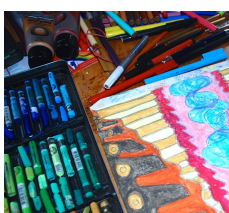
Eine ideale Zeit sich eine bewusste Auszeit zu nehmen.

Mit Yoga, Klangmeditation und Klang-Malen auf einem wunderschönen Hof mit Seminarhaus – dem Bahrenhof in Galmsbüll.



Wir starten am **04. Januar** um 10 Uhr und stimmen unseren Körper und Geist mit Yoga ein. Nach der Mittagspause erleben wir einen Workshop „**Intuitives Klang-Malen**“ zur Qualität der entsprechenden Rauh nacht.

Durch Meditation und den Klängen der Kristall-Klangschalen fällt es dir leicht, deinem Verstand eine Pause zu gönnen.



Nach einem leichten Abendessen begleiten uns entspannende YinYoga Übungen in die Nachtruhe.

Seminarhaus Bahrenhof
Valeska Schmidt-Tychsen
Bahrenhof, Tefkebüller Weg 1 · 25899 Galmsbüll
Tel. 04661-67303 · www.yogabahrenhof.de

Am **05.Januar** um 10 Uhr begleiten dich Klangwelten in eine tiefe Meditation.

Danach wird diese Auszeit mit Yoga und einem Mittagessen zum ausklingen gebracht.
So kannst Du Dich wieder auf Deinen Körper besinnen und in Deine irdische Form zurückfinden, bevor Du die Heimreise antrittst.(gegen 15 Uhr)

Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich.

Jede/r erforscht ganz individuell ihre/seine Möglichkeiten und Grenzen.

Alle Malutensilien werden gestellt.

Deine Freude auf dich selbst und das Erkunden körperlicher und geistiger Räume in einer besonderen „ Zwischen“-Zeit“ erwarten Dich.

Preis pro Person inklusive zwei Mittagmahlzeiten 250,-€.

Sei dabei und melde dich ab sofort an.

Anmeldeschluss: 25. November 2018

Begrenzte Teilnehmerzahl.

Du kommst von weiter her und möchtest übernachten?

Der Bahrenhof hat ein Zimmer für dich. (Einfache Ausstattung)

Unser Angebot: Übernachtung: 30,-€ p.P.
Frühstück : 10,-€ p.P.
Abendessen : 10,-€ p.P.

Bitte gib deine Wünsche bei der Anmeldung an, vielen Dank.

Und jetzt möchten wir uns kurz vorstellen:



Valeska Schmidt-Tychsen
Yoga-Lehrerin
04661- 67303
yogagami@gmail.com
www.yogabahrenhof.de



Claudia Olivia Gillmann
Klang-, und Farbwissende
0173- 27 359 37
info@claudia-olivia-gillmann.eu
www.claudia-olivia-gillmann.eu

Wir freuen uns auf Dich ☺