

# Italien



- ✓ Hatha-Yoga mit Weitblick
- ✓ Persönliche und familiäre Atmosphäre
- ✓ Strandtransfers zur Adria-Küste
- ✓ Ganzheitliche Massagen buchbar

Yoga-Urlaub mit  
Stephan Maey

21.10.2023  
bis  
28.10.2023



## KREATIVER HATHA-YOGA: TIEFE REGENERATION

Die aktuelle Zeitqualität fordert uns Menschen einiges ab. Damit gehen ein oftmals lang anhaltender subtiler oder vordergründiger Stresszustand für unser Nervensystem und den gesamten Organismus einher. Diese Reise bietet die kostbare Möglichkeit, sich selbst zu begegnen und wohlwollend anzunehmen, tief runterzufahren, das Nervensystem zu entspannen, den kompletten Organismus zu regenerieren und neu auszurichten.

Achtsame Körperpraxis, bewusste Atmung, die für den Kreativen Hatha-Yoga typischen Klangelemente werden mit lebendigen Bildern und Affirmationen sowie mit speziellen (traumasensitiven) Schüttelübungen garniert. Die freundliche Umgebung und der unmittelbare Kontakt zur Natur unterstützen den Prozess. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, das wahre Bedürfnis loszulassen, ist förderlich. Viel Freude beim Eintauchen in einen Zustand tiefer Regeneration!

### Italienische Gastfreundschaft erleben

Sie liegen am Pool der Villa Garulli und genießen die wärmen-den Sonnenstrahlen, während Ihr Blick vom charmanten Dorf Montelupone über das weite Tal und das Dorf Recanati bis hin zum Meer schweift. Nur zu leicht verstehen Sie nun, warum die Menschen hier die höchste Lebensqualität in ganz Italien haben.

### Ihre persönliche Ansprechpartnerin bei NEUE WEGE

Britta Schulz, +49 2226 1588-106, b.schulz@neuewege.com

Ihre Kursleitung: [www.neuewege.com/stephanmaey](http://www.neuewege.com/stephanmaey)

### REISETERMIN

21.10.2023 - 28.10.2023

### PREIS

ab 1.490,- €

### REISELAND

Italien, Marken

### UNTERKUNFT

Villa Garulli

### MEHR INFOS

[www.neuewege.com/31TH0812](http://www.neuewege.com/31TH0812)



### IHRE KURSLEITUNG

**Stephan Maey**

Stephan Maey, langjähriger Yogalehrer, Yoga-Ausbilder, Entspannungscoach und Heilpraktiker (Psychotherapie) aus Köln. Begründer der Menschenreise und des Kreativen Hatha-Yoga (KHY).