

Info



Das zentrumRANFT ist ein Begegnungs- und Seminarhaus oberhalb des Sarnersees mit Sicht auf See und Berge. Es bietet allen Gästen vielseitige Impulse. **In und durch die Stille eine spirituell integrierte und solidarisch ausgerichtete Haltung zu leben, ist unser Ziel.** Achtsamer Umgang mit sich selbst und seinem Umfeld, **Meditationen, Kontemplationsschulungen, Yoga, Kursangebote, Begleitung von Auszeitgästen, Gespräche mit Einzelgästen** – unser Ort der Begegnung findet in einer Atmosphäre der Geborgenheit statt.

Informationen und Angebote unter: www.zentrumranft.ch

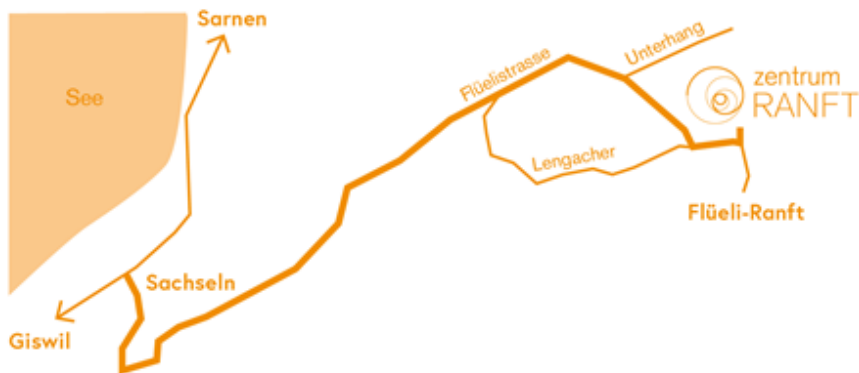
Wo finden Sie uns?

ÖV

Von Sachseln aus mit dem Postauto (Bus Nr. 351) bis zur Haltestelle «Flüeli-Ranft, St. Dorothea».

Auto

Die Liegenschaft zentrumRANFT liegt unmittelbar beim Dorfeingang von Flüeli-Ranft. Begrenzte Anzahl Gästeparkplätze auf dem Areal oder weitere Grasparkplätze direkt im Dorf Flüeli-Ranft (ca. 4 Gehminuten).



11.-13. November 2022

Luna Yoga Genuss-Seminar

Esther Habermacher

Kursprogramm

Freitag, 11. November 2022

ab 13.30	Ankommen bei Tee und Kuchen, Zimmerbezug
15.00	Yoga
18.15-19.15	Abendessen
20.00-21.00	Meditation

Samstag, 12. November 2022

07.30-09.30	Yoga
09.30-10.30	Brunch
14.00	Nachmittagsimbiss
15.00-18.00	Yoga
18.15-19.15	Abendessen
20.00-21.00	Ritual

Sonntag, 13. November 2022

07.30-09.30	Yoga
09.30-10.30	Brunch
anschliessend	individuelle Abreise

Kursleiterin



Esther Habermacher

Bewegungs- und Tanzpädagogin,
Luna Yoga Lehrerin & Trainerin,
Heilmedium i. A.

www.luna-yoga-schweiz.ch

Kursbeschreibung

Inhalt

Dieses Seminar ist eine herzliche Einladung mit einer bunten Mischung an Luna Yoga Übungen, Meditation, Mantrien und mit einem Ritual, die eigenen, inneren Schätze zu beleuchten und dieses Potenzial zu entdecken.

Heraus aus dem Alltag, hinein in die nährende Energie dieses Kraftortes. Ruhe geniessen, im Innen wie im Aussen, Zeit haben, Sein und wahrnehmen. Verweilen und eintauchen bei sich selbst, sich ausrichten, zentrieren, die eigene Essenz erkennen und diese wunderbaren Kräfte anerkennen und beleben.

Das eigene wunderbare Dasein neu entdecken und mit der Gewissheit nach Hause kehren, dass alles ist dir ist.

Kurskosten

CHF 300 exkl. Kost und Logis

Anmeldung

Anmeldeschluss: *30. September 2022*

Anmeldung zum Kurs direkt an kontakt@luna-yoga-schweiz.ch oder per Telefon 078 808 27 66

Zimmerreservation und Verpflegung an [zentrumRANFT](http://zentrumRANFT.ch),
041 660 58 58, info@zentrumranft.ch