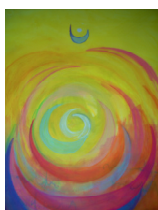


Zomeryoga in de Dordogne van 26-7 t/m 1-8-09



Een ontspannen week in de Dordogne. Van 27 juli t/m 1 augustus in Nartiac in de Perigord Vert. Plezierig werken aan jezelf in een mooie omgeving. Yogadocente Carla Koekkoek en beeldend kunstenaar Hilda Klaassen geven dagelijks yoga en schilderlessen waarin de 7 chakra's centraal staan. Daarnaast is het mogelijk individueel massage te krijgen van natuurgeneeskundig therapeut Marion Rombouts.

Met yogahoudingen, meditatie, visualisaties en ontspanning wordt de levensenergie in de chakra's wakker gemaakt en geactiveerd. De chakra's zorgen ervoor dat de levensenergie door het lichaam getransporteerd wordt. Als de energie vrij kan stromen kan de levensenergie optimaal zijn.



Uitgangspunt bij het chakra schilderen zijn de kleuren van de chakra's. Er wordt gewerkt met pastelkrijt en verf. Ontspannen door yoga, in een aangename sfeer met plezier het creatief zijn ervaren.

Middels klassieke, voetreflex- of synergene massage wordt aan een groter ontspanningseffect gewerkt. Synergene massage is een intuïtieve massage, gericht op de energie van het lichaam. Er wordt gewerkt met de aura en de chakra's. Door de samenwerking tussen de energie van de therapeut en die van de cliënt ontstaat synergie, waardoor groei en verandering mogelijk worden op lichamelijk, geestelijk, emotioneel en spiritueel niveau.



De kosten voor deze week zijn € 600,-.

Voor meer informatie kijk op: www.yogacarla.nl
www.lekkerinfrankrijk.nl
www.salices.nl
www.hildaklaassen.nl

of bel Carla Koekkoek telefoon 0512-546208 - 0611010243