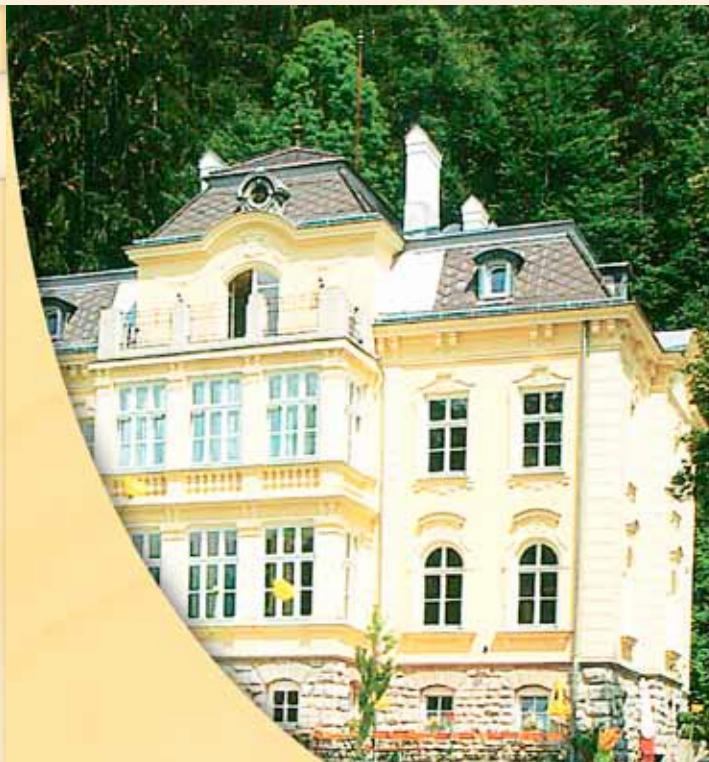


über Mag. Susanne Guzei



Lebens- und Sozialberaterin, Psychosynthese-Beratung und Therapie, Entspannungs- und Atemtraining, Yoga und Meditationslehrerin, Praktikerin für Trager - Körperarbeit, Heil- und Energiearbeit.

Seit 18 Jahren Leitung von Yogagruppen und therapeutischen Gruppen - bzw. Einzeltrainings. Praxis für Einzelberatung in Wien und in Gänserndorf. Gründung und Leitung des Mandala, Zentrum für Körper und Seele in Gänserndorf/NÖ.
www.bewusstseinsarbeit.at



Kraft tanken mit Yoga

Sommerwoche mit Mag. Susanne Guzei
von: 16. - 23. 8. 2009

Windischgarsten, Nationalpark Kalkalpen,
im Seminarhotel Villa Sonnwend

Eine Wohlfühlwoche für Yogainteressierte
- keine Vorkenntnisse notwendig!

Anreise zur Villa Sonnwend

Mit der Bahn

Windischgarsten hat einen IC-Anschluss und liegt an der Strecke Linz-Graz.

Mit dem Auto

von Wien: Richtung St. Pölten - Linz auf der A1 bis Voralpenkreuz - A9 Richtung Graz - Abfahrt Roßleithen - Zentrum Windischgarsten

Im Ortszentrum Windischgarsten biegen Sie vor der Brücke über den Dambach, bei der Gerberei Purgleithen links ab und folgen den Wegweisern.



„Jeden Tag treffe ich die Entscheidung, mich der Freude und Kraft des Lebens zu öffnen, der Quelle meiner Gesundheit“

Das Seminar Programm

Wir werden den Tag mit sanften und aktivierenden Yogaübungen beginnen.

Durch Atem - und Entspannungsübungen wird sich der Stress des Alltags mehr und mehr verabschieden. Energieübungen bringen uns in die Kraft der Mitte.

In geführten Meditationen können wir entspannt in unserem Körper ruhen, den Frieden genießen und uns regenerieren.

Es wird eine Morgeneinheit und eine Abendeinheit (je ca. 90 min.) zum Üben geben.

An 2 Abenden ein Abendprogramm (Meditative Visuals, geführte Meditation)

Tagsüber bietet der Nationalpark viele Möglichkeiten der Freizeitgestaltung: es stehen Räder zur Verfügung, es gibt geführte Wanderungen im Nationalpark und verschiedene Ausflugsmöglichkeiten in herrlicher Natur, Baden im Gleinkersee etc.



Seminarpreis für eine Woche: 215.- €
Frühbucherbonus bis 30.5. 09: 195.- €
Unterkunft und Halbpension mit Frühstücksbuffet 329.- € (für 7 Übernachtungen)
Einzelzimmerzuschlag: 7.- €

Seminarleitung: Mag. Susanne Guzei
Leiterin des Mandala, Zentrum für Körper und Seele in NÖ, Yoga - und Meditationslehrerin, Lebensberaterin und Psychosynthesetherapeutin.

www.bewusstseinsarbeit.at

Information und Anmeldung:

Susanne Guzei Tel.: 0676/ 73 65 769 oder

E-Mail: s.guzei@bewusstseinsarbeit.at

Aktivitätsmöglichkeiten

Die Gäste der Villa Sonnwend erhalten von Mai bis Oktober die AktivCard gratis und können damit viele Leistungen kostenlos bzw. vergünstigt nutzen:

- Frei- und Hallenbäder
- Museen
- Bergbahnen
- und vieles mehr ...

Genauere Informationen finden Sie unter
<http://www.oberoesterreich.at/villa-sonnwend/>
www.pyhrn-priel.net/urlaub/s_aktivcard.html

Nationalpark Angebote optional:

Flusswandern auf der Enns - Kanutour
„Durch Höhlen zu verborgenen Wassern - Höhlentour“

Täglich von 9:00 bis 17:00 Uhr geöffnet, Nationalpark Panoramaturm Wurbauerkogel
Neuer Themenweg von der Villa Sonnwend zum Panoramaturm Wurbauerkogel

Anmeldeformular

Ich melde mich für die Sommerwoche „Kraft tanken mit Yoga“, mit Mag. Susanne Guzei an. Die Sommerwoche findet in Windischgarsten in der Villa Sonnwend von 16.8. - 23.8. 09 statt.

Treffpunkt 16.8. um 13.00 h

Da die TeilnehmerInnenzahl begrenzt ist, wird der Platz in der Gruppe nach Anmeldung und Anzahlung vergeben.

Mit der Anzahlung von € 150,- ist mein Platz gesichert . Die Anzahlung von € 150,- habe ich auf das **Konto: BA/CA 114 606 29600 BLZ 12 000** lautend auf Susanne Guzei überwiesen. Zusätzlich zur Anzahlung persönliche Anmeldung erforderlich mit Angabe der Zimmerbelegung (Mitreisende, Einzelzimmer..)

Bitte den Betrag einzahlen und Erlagscheinabschnitt und Anmeldeformular zum Seminarbeginn mitnehmen! In der Rubrik Verwendungszweck bitte „Sommeryoga 2009“ angeben. Unter Kundeninformation: den Teilnehmernamen eintragen!
Bequeme Kleidung erforderlich!

Anmeldeschluss: 27.Juni 2009. Bei Absage nach Anmeldeschluss verfällt die Anzahlung.

Ich nehme zur Kenntnis, dass ich an dieser Gruppe in Eigenverantwortung teilnehme.

Name:

Adresse:

Tel.Nr. / e-mail :

Datum:

Unterschrift: