

Die Thai-Massage betrachtet den Menschen als Ganzes und unterscheidet sich von den Behandlungsmethoden vieler westlicher Massageformen, in dem sie sich mehr an den Energielinien (Sen) orientiert, als an der physischen Anatomie des menschlichen Körpers. Die Massage findet bekleidet auf einer weichen Matte am Boden statt. Dies ermöglicht dem Massierenden, sein Körpergewicht gezielt einzusetzen.

Über Farbberatung (Zusatzangebot)

Farben die an Dir toll aussehen, können an einer Freundin oder Freund fade und langweilig aussehen. Woran liegt das? Jeder Mensch hat einen Hautunterton, der sich das ganze Leben hindurch nicht verändert. Dieser Hautunterton entscheidet (neben Augen- und Haarfarbe) darüber, welche Farben am besten zu Dir passen. Daher gibt es Farben, die besser wirken als andere. Diese „eigenen“ Farben lassen Dein Teint und Gesicht erstrahlen und haben eine positive Ausstrahlung nach innen. Kleine Fältchen, Augenringe und Irritationen der Haut treten durch „Deine Farben“ deutlich in den Hintergrund. Und wie geht das? Durch einen intensiven „Test“ mit vielen verschiedenfarbigen Tüchern wird festgestellt, in welchen Farben Du besonders vorteilhaft wirkst und welche Farben dich eher blass machen oder sogar das Gesicht einfallen lassen. Dauer ca. 1-1,5 Stunden.

Im Anschluss an die Farbberatung kannst Du einen persönlichen Farbpass mit den Farbmustern der Analyse erhalten. Mit diesem Pass kannst Du zielsicher einkaufen gehen, da Du vor Ort vergleichen kannst, ob Dir diese oder jene Farbe steht.

Sylvia Landsberg ist gelernte Integrative Farbstylisten (früher Farbberaterin genannt), gelernt bei Imago Berlin, Visagistin, Systemischer Lehrcoach, Supervisorin und Kommunikationstrainerin. All diese Ausbildungen bilden die Grundlage für ihre Farbberatungstätigkeit, in der sie sehr viel Wert auf eine angenehme und wertschätzende Atmosphäre legt.



Anmeldeformular

Die Anmeldung gilt mit Zahlungseingang. Sie erhalten eine Bestätigung.

Hiermit melde ich mich zu dem viertägigen (drei Nächte) Workshop Yoga & Mee(h)r mit Daniela Wenzek im Ostseebad Sellin auf Rügen an.

Datum: 23. - 26. Februar 2012

Name, Vorname _____

Adresse _____

Telefon _____

Unterbringung
in Einzelwohnung (405,-€; nach Verfügbarkeit)
in Doppelwohnung (345,- €)

Workshops und Seminare der isiberlin GmbH im Seminarhaus Victoria sind keine Therapie und setzen eine normale psychische Belastbarkeit voraus. Mit den unten genannten Anmeldebedingungen bin ich einverstanden:

Ort: _____ Datum: _____

Unterschrift: _____

Anmeldebedingungen
Nach Eingang der jeweiligen Workshopgebühr erhalten Sie eine Anmeldebestätigung. Sollte die Veranstaltung ausgebucht sein oder nicht durchgeführt werden können, erhalten Sie den Betrag ohne Abzug zurück. Bei Rücktritt Ihrerseits bis 3 Wochen vor Veranstaltungsbeginn überweisen wir die eingezahlte Gebühr abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von 25 Euro zurück. Ein Rücktritt zu einem späteren Zeitpunkt ist nur möglich, wenn der Platz von einem Nachrücker bzw. Ersatzteilnehmer gebucht wird.

Bankverbindung:
Isiberlin GmbH, Berliner Volksbank,
Konto 7141172004, BLZ 10090000

Weitere Informationen und Anmeldung beim:

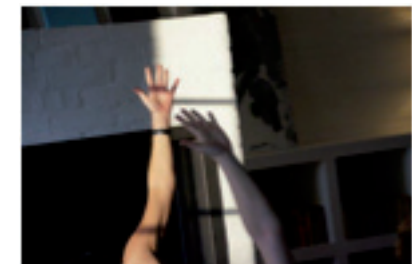
isiberlin/Seminarhaus Victoria
Ansprechpartnerin: *Sylvia Landsberg*
Kopenhagener Str. 68 • 10437 Berlin
Fon 030/449 62 92 • Fax 030/449 62 93
info@isiberlin.de • www.isiberlin.de

isiberlin/Seminarhaus Victoria



Ein Workshop auf Rügen
Dem Frühling entgegensehen...

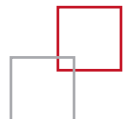
Yoga und Mee(h)r! Yoga und Thai Massage!



23. - 26. Februar 2012

Unter der Leitung von:
Daniela Wenzek

Organisation:
Sylvia Landsberg



Wie:

Der Frühling naht!
Der Winter ist lang, die Tage sind dunkel, dem Körper fehlt Licht...

Wenn Du die Helligkeit in Körper und Seele schon in Vorfreude auf den Frühling fühlen magst, neugierig bist und Freude am Neuen und Unbekannten hast, dann verbringe mit uns vier entspannte Tage an der Ostsee.

Zielgruppe:

Offen für alle interessierten Menschen. Yogaerfahrungen wären schön, sind aber nicht Voraussetzung.

Inhalte

Neben einer täglichen Yogapraxis am Morgen, gibt es über 3 Abende eine Einführung in die Kunst der traditionellen Thai Massage (Behandlungstechniken in der Bauch- und Rückenlage sowie im Sitzen). In entspannter Atmosphäre erarbeiten wir eine Massage für den "Hausgebrauch". Erfahre dabei die Wohltat einer heilsamen Berührung am eigenen Körper.

Tagesablauf:

08:30 - 10:00 Yogapraxis
10:00 - 11:00 reichhaltiges Frühstück
11:00 - 16:00 Freizeit (ab 15:30 Kaffee/Tee/Kuchen)
16:00 - 19:00 Thai Massage

Am Tag ist Zeit für Ausflüge ans Meer und in die nähere Umgebung. Wer lieber entspannen möchte, kann bei Daniela eine 2-stündige Thai Massage (Einzelbehandlung) buchen oder es sich bei Sylvia mit einer Farbberatung/Farbcoaching gut gehen lassen.

Kosten:

345,- EURO in Doppelwohnung mit zwei separaten Schlafräumen
405,- EURO in Einzelwohnung
Der Seminarpreis versteht sich inklusive Seminarpauschale (Getränke, Kuchen), 4,5 Std. Yogapraxis, 9 Stunden Thai-Massage, 3 x Übernachtung mit Frühstück und Bettwäsche, Endreinigung und Pkw-Stellplatz.

Preis für Einzelbehandlung Thai-Massage und Farbberatung auf Anfrage. Diese können auch gerne vor Ort noch gebucht werden.

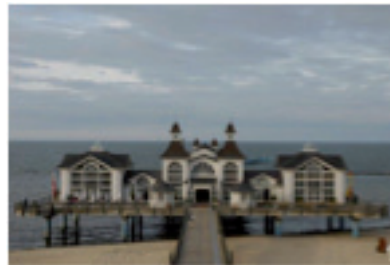
Verlängerungsnächte sehr gern möglich. Preis nach Absprache.

Datum: 23. - 26. Februar 2012

Donnerstag (23.2.): Beginn um 15.30 Uhr mit einem kleinen „Kaffeeklatsch“. Ab 16:00 Beginn Thai Massage.
Sonntag (26.2.): Ende um 11:00 Uhr mit einem reichhaltigen Frühstück nach einer morgendlichen Yogapraxis.

Seminarort:

Haus Victoria in der Gartenstraße 3 in 18586 Ostseebad Sellin auf Rügen



Leitung: Daniela Wenzek

Daniela unterrichtet klassisches Hatha Yoga, welches stark vom freudigen und kraftvollen Anusara® Yoga ihrer Lehrer Lalleshvari und Vilas geprägt ist. Nachdem sie einige Jahre verschiedene Yogastile praktiziert hat, lernte sie 2005 Anusara® Yoga kennen. Fasziniert von der Kombination aus präziser Körperausrichtung und lebensbejahender Philosophie spürte sie, ihr Yoga gefunden zu haben. Seitdem arbeitet sie mit Anusara® Lehrern weltweit, die ihr immer wieder neue Impulse für ihren Unterricht geben.

Inspiration findet Daniela aber auch immer in der traditionellen Thai Yoga Massage. Das Geben und Nehmen, das während einer Massage in achtsamer Verbindung mit dem anderen und mit sich selbst entsteht empfindet sie als wundervolle Bereicherung ihrer Yogapraxis. Von ihrem Lehrer Takis hat sie gelernt, mit Respekt und tiefer Dankbarkeit zu praktizieren.

Über Anusara:

Anusara Yoga® ist ein modernes, an den westlichen Menschen angepasstes Yogasystem, das die klassische Tradition des Hatha Yoga mit den Erkenntnissen der Biomechanik verbindet. Die genaue Ausrichtung verhindert Verletzungen. Anusara Yoga® ist kraftvoll, dynamisch und lebensbejahend.

Über Traditionelle Thai Massage:

Die Traditionelle Thai Massage ist eine Kombination aus energetischer und physischer Körperarbeit mit einer tief entspannenden und Blockaden lösenden Wirkung. Während der Behandlung wird der Energiefluss balanciert, wodurch die körpereigenen Selbstheilungskräfte aktiviert werden und dafür sorgen, dass man sich körperlich und seelisch ausgeglichen, in seine Mitte gebracht fühlt.

