



"Gesunder Geist in einem gesunden Körper".

3. Europäisches Sai-Werte und Yoga-Retreat

Sai Prema, 26. Juli - 2. August 2019



Das Thema der diesjährigen Sai Values and Yoga Retreats lautet: "Alle sind eins, seien zu allen gleich". Wir sind alle eins im Kern unserer Existenz, Teil desselben Göttlichen Körpers. Der physische Körper hingegen ist einzigartig in seiner Form, seinen Möglichkeiten und seiner Energie. Wir werden diese beiden komplementären Aspekte, den individuellen physischen Rahmen und die grundlegende spirituelle Realität insgesamt untersuchen. Die Yogapraxis ist sanft und für jeden geeignet sein, unter Berücksichtigung besonderer Bedürfnisse. Wir begrüßen Euch alle zu einem Erlebnis, bei dem jeder ein Protagonist ist und bei dem unsere wahre göttliche Natur der Direktor ist.

"Alle deine Handlungen müssen darauf ausgerichtet sein, den Geist und das Herz zu reinigen, um das Göttliche zu erleben." Sri Sathya Sai Baba Sai Baba

Tagesprogramm

06:30 Meditation, Morgengebet, Bhajans

07:15 Yogapraxis

09:15 Uhr Frühstück

10:00 Uhr Schwimmen im Meer

13:00 Uhr Mittagessen und Ruhepause

17:00 Uhr Workshops, Meditation

19:15 Uhr Abendessen

20:30 Uhr Bhajans, Nachtgebete

Für das Training benötigst Du leichte und bequeme Kleidung, die die Bewegungen ermöglicht. Der Unterricht findet auf Italienisch und Englisch statt. Die freiwillige Spende für Unterkunft und alle Mahlzeiten beträgt 200€. Der Transfer vom und zum Flughafen ist inklusive. Die Teilnehmer werden gebeten, Bettwäsche und Handtücher mitzubringen. Wer zwischen 1 und 6 Uhr morgens ankommt oder abreist, muss die Mehrkosten für ein Taxi übernehmen. Das Geld wird bei der Ankunft bezahlt. Bitte melde Dich bis zum 30. Juni 2019 an.

Für weitere Informationen und Anmeldungen wenden Sie sich bitte an uns:

Manos Karakostas

Telefon: +30 6942 846040

E-Mail: spmanos@otenet.gr

Laura Sabbadin

Telefon: +39 3282 756139

E-Mail: laura.sabbadin3@gmail.com

Liebe Grüße in Sai,

Im Namen des Organisationskomitees

Manos Karakostas

Sathya Sai Organisation von Griechenland

Übersetzt mit www.DeepL.com/Translator