



## **Sommer Retreat August 2019**

Tibetisches Heilyoga - Kum Nye  
16. bis 22. August 2019  
mit Gabriele Kumlin

### **Aus der Stille schöpfen.....**

Die leichten, langsam und bewusst ausgeführten Körperübungen des Kum Nye bringen uns in Berührung mit unserem inneren Wesen. Sie führen zu einer inneren Gelassenheit, Ruhe und Klarheit. Sie verhelfen zu emotionaler Ausgeglichenheit und stärken unsere physische Widerstandskraft.

Ich lade Euch ein zu einer 6-tägigen Auszeit im Sommer bei täglichen Übungen und Meditation im Seminarhof Plockhorst. Dieser idyllisch, in friedlicher Wiesen- und Waldlandschaft gelegene Seminarhof liegt eingebettet in einem offenen und weitläufigen Grundstück mit herrlichem Garten, Bade- und Froschteich.

Wir werden genügend Zeit haben, im erfrischenden nahen Badensee einzutauchen, zu schwimmen oder im großen Garten einfach zu ruhen und zu sein. Spazierwege gibt es auch in der Nähe.

Die einfachen und aparten Unterkünfte im Seminarhof bieten Doppel- und Einzelzimmer mit eigener Dusche und vegetarischer Bio-Vollpension.

Zwischen Celle, Hannover und Braunschweig gelegen, erreicht ihr diesen wunderschönen Ort leicht per Bahn, Flug oder PKW. (Siehe Anreise [www.seminarhof.plockhorst.de](http://www.seminarhof.plockhorst.de))

**Kosten: EUR 700,-- inkl. Kost und Logis bei Anmeldung bis 15. Mai 2019, danach**

**EUR 750,--. EZ Zuschlag € 70,--.**

**Anmeldungen an [KumlinGabriele@aol.com](mailto:KumlinGabriele@aol.com), [www.touchmovarts.de](http://www.touchmovarts.de)**

**Tel./Fax 030 - 3974 9515.**

