

LUXUS NATUR - JUNGLE YOGA THAILAND

19.01.2011, 14:06 | Mode, Trends, Lifestyle

Pressemitteilung von: *Yoga Shala Berlin*



Chakrasana on a raft

Wer dem nasskalten Winter entfliehen sowie Körper, Seele und Geist etwas gutes tun möchte, dem sei das Shala Jungle Yoga Retreat vom 20.-31. März 2011 empfohlen! 11 Tage intensive Yogapraxis und tropischer Dschungel sind die beste Medizin gegen Winterdepression und Sonnenentzug! Eine Yogareise ins Dschungelparadies! Schwimmende Bambushütten mit exzellentem Raum für Yoga in einer Bambus-Shala laden ein zum Entspannen, Erholen und Energie tanken im Herzen der Natur. Die tägliche Yogapraxis bildet den Rahmen des Aufenthaltes. Um die Fülle und Pracht des Dschungels voll aufzunehmen, gibt es Dschungel Wanderungen mit erfahrenen Führern, Höhlen die es zu erkunden gilt oder abenteuerliche Kayaktouren auf dem weitläufigem See. Wer die Kunst des süßen Nichtstuns beherrscht, kommt hier ebenfalls auf seine Kosten! Chilling out! Massageliebhaber können sich von zertifizierten Masseurinnen behandeln lassen. Tropische Wärme durchdringt den Körper bis in die kleinsten Zellen und lässt ihn geschmeidig von einer Yogaposition in die nächste gleiten. Der Körper lässt los und gelangt mit Leichtigkeit in die Streckung. Schon am ersten Tag wird der Geist ruhiger - dank Dschungelatmosphäre und Abgeschiedenheit, weit ab von Telefon und Internet. Mit jedem Moment breitet sich mehr Entspannung aus, sowohl im Körper als auch in der Seele; die Gedanken kommen zur Ruhe und der Energielevel steigt. In kürzester Zeit ist die Haut bis in die tiefen Hautschichten von der Tropenluft durchfeuchtet, glatt und prall. Unberührte Natur und Wildnis erlauben die Entfaltung der eigenen inneren Natürlichkeit. Überflüssiges fließt einfach ab und die Seele atmet in der sie umgebenden Schönheit auf!

Portrait

YOGA SHALA BERLIN
Studio für Yoga & Pilates
Leitung Henning Scheel und Eva Maria Moog

Angebote: Yoga, Pilates, Post- und Prenatal Pilates, Präventionskurse, Hotyoga, Workshops, Yogalehrerausbildung, Fortbildungen, Yogaferien und Retreats

Henning Scheel ist Gründer und Leiter der Yoga Shala Berlin. Hier entwickelte er das 200h Vinyasa Teacher Training und die 500h Matsyodara Yogalehrerausbildung. Matsyodara ist ein durch die Anatomie und Energie des Körpers bestimmter Vinyasa Stil.

Henning Scheel besuchte u.a. Teacher Trainings bei Shiva Rea in London und San Franciscosowie bei Andrey Lappa (part 1&2&3) in Berlin. Darüberhinaus absolvierte er die 4-Jahres BDY Ausbildung Schwerpunkt Triyoga und eine mehrjährige Anatomie Spiraldynamik Grundausbildung und Intermediate.

Eva Maria Moog absolvierte eine 200h Yogalehrerausbildung im Yoga Shala Berlin bei Henning Scheel und eine Pilatesausbildung als BodyBalancePilates Instructor. Weitere Kenntnisse aus ihrer Ausbildung für modernen Bühnentanz sowie Fortbildungen in Post- und Prenatal Pilates und Tanztherapie runden das Profil ab.

News-ID: 502439 • Views: 2104 (Stand: 16.04.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/502439/LUXUS-NATUR-JUNGLE-YOGA-THAILAND.html>