

# QI GONG RETREAT AUF SRI LANKA

24.03. – 31.03.2012



Eintauchen in die sanfte Schwingung der Insel in ihrer tropischen Vielfalt und zur Ruhe kommen in der Geborgenheit eines der schönsten Seminarhäuser am indischen Ozean.

Das „Whitehouse“ liegt umgeben von Palmen und duftenden Frangipanibäumen an der Südwestküste der Insel. Die großzügige Freundlichkeit des Hauses mit seinem Kolonialzeit Flair, die besonders gute landestypische, ayurvedische Küche, viele schöne Rückzugsmöglichkeiten in Haus und Garten und dem nahen Strand, bieten für ca. 12 Personen einen wunderschönen Rahmen für das Retreat.

Meditation zum Sonnenaufgang, QiGong in lauem Abendwind am Meer, Verweilen an energetischen Plätzen und mit Gleichgesinnten die Insel entdecken...



„*wahrhaftig es ist ein Paradies*“ rief Hermann Hesse, als er 1911 die Insel Sri Lanka bereiste. und sie ist es immernoch: ein Paradies!

Ich freue mich diesen schöne Flecken Erde für unsere Retreatzeit mit Euch teilen zu dürfen.

**Sri Lanka Retreat Sa, 24.3. bis Sa, 31.3.2012**

mit einem gemeinsamen Abendessen am Fr 23.3. im Whitehouse stimmen wir das Retreat ein.

Ausklang am 31.3. bei traditionellem Candlelight Dinner.

Abreise am 1.4.

**Seminargebühr: 360 €**

**Kosten für 10 Ü/ Frühstück und Abendessen:**

**300 € im DZ**

(Aufpreis 5 Euro pro Tag für DZ Superior und EZ 5-15 Euro pro Tag je nach Zimmerkategorie)



Bei frühzeitiger Buchung gibt es noch günstige Flüge. Für Tipps bei den Flug-Buchungen, Transfer vom Flughafen Colombo oder auch bei der Planung und Organisation für die anschließende Zeit auf der Insel, für die man sich unbedingt noch Zeit nehmen sollte, bin ich gerne behilflich.

„*Nur wer bereit zum Aufbruch ist und Reise, mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.*“ (H. Hesse)