



## KUNDALINI-YOGA-REISE...

### “ DIE LEICHTIGKEIT DES SEINS ”

... auf den Spuren von Moses - SHUNIYA

Die Gelegenheit in einem kraftvollen und mystischen Gebiet sich mit Kundalini-Yoga in seiner Essenz zu erleben und wieder voll und ganz bei sich anzukommen; in der Freude des reinen Seins.

Eintauchen in die eigene Essenz. Sich einlassen auf die Urkraft im Protektorat des ältesten Klosters St. Katharina, UNESCO-Weltkulturerbe.

Morgens Sadhana und nachmittags oder abends gemeinsam Yoga praktizieren. Leben wie Beduinen. Außerdem durch wunderbar ursprüngliche Landschaft wandern, die Gegend erkunden, durch Canyons und Steppe gehen, auf dem Mosesberg den Sonnenaufgang erleben, das Kloster und dessen Museum besichtigen, Tee trinken, meditieren, sich ausruhen – der Stille lauschen – unter Umständen eine tiefe Verbundenheit erfahren.

**Termin:** ab Freitag, den 20. – 27. März 2020

**Ort:** Protektorat St. Katharina,  
Süd-Sinai, Ägypten

Das Kloster St. Katharina ist ein UNESCO-Weltkulturerbe.  
Die Gegend um den Ort St. Katharina wird von Beduinen geschützt. Es ist ein heiliger Ort mit besonderer Atmosphäre.  
Ideal zum Praktizieren von Yoga und Meditation.

*„Fühle die ureigene Freiheit,  
die Vollkommenheit des Seins  
und alle Türen stehen offen  
für ein Leben in Liebe, Leichtigkeit,  
Freude & Fülle.“*

#### *„Die Leichtigkeit des Seins“*

Eine außergewöhnliche Reise auf den Spuren des Moses. Zusammen mit Beduinen in kleiner Reisegruppe eintauchen in die Urkraft der Natur, in und um das älteste Kloster St. Katharina, Süd-Sinai. Kamel reiten oder wandern, Tee trinken, Yoga praktizieren oder einfach der Stille lauschen.



*Zurück zu den Wurzeln  
für einen erweiterten Horizont &  
tiefen inneren Frieden.*

Wo: Protektorat St. Katharina

Wann: 20.-27. März 2020

Ein Erlebnis, das dich dir näher bringt  
und die Freiheit des Seins erfahrbar macht.



## **Ablauf - Inhalt:**

- Nach Ankunft in Sharm El'Sheikh Transfer zum ersten Camp vor dem Ort St. Katharina, im Protektorats St. Katharina.
- Erster Abend wird dem Ankommen gewidmet, mit Begrüßung, sich gegenseitig kennenlernen, Kundalini-Yoga und Abendessen.
- Täglich morgens Sadhana, sowie mittags und/oder abends Yoga-Praxis.
- Reise durch Täler, Canyons und auf den Mosesberg, 2.285m hoch.
- Den Mosesberg bei Sonnenaufgang erleben.
- Besichtigung des ältesten Klosters St. Katharina, UNESCO-Weltkulturerbe.
- Besuch eines Museums im Kloster St. Katharina; u. U. ein weiteres Museum in St. Katharina.
- Beim gemeinsamen Abendessen bzw. Frühstück die Reise ausklingen lassen.
  
- Der nahe gelegene Badeort bzw. Tauchort Dahab am Roten Meer eignet sich noch etwas zum Verweilen. Zahlreiche Freizeitangebote werden angeboten: (Kundalini-)Yoga, Baden, Tauchen, Schnorcheln, Reiten, (Kait-)Surfen, ... gute Restaurants.
- Möglichkeit eine Reise zum UNESCO-Weltkulturerbe Petra in Jordanien zu unternehmen oder auch nach Israel, Jerusalem mit Ausflug zum Toten Meer.

## **Was Sie gewinnen können:**

- Urlaub vom Alltag.
- Trockenes Klima mit niedriger Luftfeuchtigkeit.
- Übernachtung in einem Öko-Camp unweit des Ortes St. Katharina; inkl. Bibliothek.
- Die Gastfreundschaft und Lebensweise der Bevölkerung, der Beduinen, kennen lernen.
- Jeden Tag eine Sehenswürdigkeit erkunden.
- Tägliche Yogapraxis mit Meditationen, auch geführte Meditationen.
- Was Heilung bedeutet, mit praktischen Übungen.
- In unbelasteter, unverfälschter Natur, reiner, klarer Atmosphäre die Anbindung mit der eigenen Essenz erleben können. Das Außen wird zum Innen.
- Informationen über die Heilige Sankt Katharina.
- Erhöhte Eigenschwingung und Wahrnehmungsfähigkeit.
- Stärkung der Intuition.
- Unter Umständen eine spirituelle Erfahrung im menschlichen Körper erleben.
- Immunstärkende und verjüngende Praxis.
- Bedingungslose Liebe erfahrbar werden lassen.
- Persönliche Erfahrungen, die zu Weisheit werden.
- Eine Reise für Körper, Geist und Seele.
- Tiefen inneren Frieden erfahren.

➔ Die Reise bietet sowohl Kulturelles als auch die Möglichkeit zu persönlichen Erfahrungen bzw. Transformation; im Besonderen die Erfahrung der Anbindung mit der eigenen Essenz, die bedingungslose Liebe und tiefen inneren Frieden bedeutet.

## **Die gesamte Reise:**

Frühbucher: 980,- Euro bis **Sonntag, den 12. Januar 2020**  
danach: 1.180,- Euro

**„all inclusive“ – für 7 Tage!**

– Transfer, Eintrittsgelder, Übernachtung, Verpflegung

**Kleine Reisegruppe - begrenzte Teilnehmerzahl!**

**CO2-Berechnung & Ausgleich ➔ [https://www.naturefund.de/wissen/co2\\_rechner/](https://www.naturefund.de/wissen/co2_rechner/)**

### **Inklusiv-Leistungen:**

- Alle Transfers mit Taxi, Kleinbus, Jeep, Kamel/en
- Alle Übernachtungen während der Rundreise mit Vollpension im Camp - oder wer mag unterm Sternendach (einfache Verhältnisse).
- Vegetarische Kost.
- Führung auch in Englisch mit deutscher Übersetzung
- Decken und Matratzen zum Schlafen sind vorhanden. Mitzubringen als Minimum ist ein Jugendherbergsschlafsack. Empfehlenswert ist ein eigener Schlafsack, besonders für jene die draußen schlafen möchten. Nachts kühlt es ab.

### **Information + Anmeldung:**

Beate Limberger - Jai Priya Kaur  
Freiburg im Breisgau

+49 – (0)761-704 80 44

+49 – (0)170-412 77 74

[www.kinesiologie-freiburg.de](http://www.kinesiologie-freiburg.de)

<https://www.kinesiologie-freiburg.de/Reise>

[b.limberger@t-online.de](mailto:b.limberger@t-online.de)

Bei Stornierung 6 Wochen vor Reisebeginn, fallen 60% des Reisepreises an (07.02.2019).  
Bei Stornierung 4 Wochen vor Reisebeginn sind 100% des Reisepreises fällig (21.02.2019).  
Da der Platz nach der Anmeldung reserviert ist und Vorbereitungen, Einkäufe auch im Sinai, vorgenommen werden, ist dies notwendig. Sollte eine andere Person ersatzweise teilnehmen können, entfällt dies.

Im Herbst 2019 ist eine ideale Zeit Flüge zu buchen, bspw. auf [www.Flugladen.de](http://www.Flugladen.de) Hier werden u. A. die Preise in einem Zeitrahmen +/- 3 Tage und alternative Flughäfen angezeigt.