



## Körperbewusstseins- und Achtsamkeitstraining mit Pferden

mit Körper, mit Geist, mit Pferd – sei dir selbst bewusst.

Kursbeschreibung:

Wie kann ich harmonischer kommunizieren & klarer werden in meinen Aussagen?

Wie finde ich zu mehr Sicherheit im Umgang mit anderen Lebewesen, beim Reiten?

Erforsche dich spielerisch mit verschiedenen Yogastilen (Aerial-, Hatha-, Kundalini- & Raja Yoga)

Bungee, sowie theoretischer und praktischer Arbeit am Pferd.

Wann? 1.05.-03.05.2020 von 14:00 – 14:00 Uhr

Ort: Islandpferdehof Oheblick  
Dorfstraße 22  
31162 Bad Salzdetfurth

Lehrgangsführung: Jana Shankari Eiselt [www.aeracura-horses.de](http://www.aeracura-horses.de)

Kosten: 295 € inkl. Essen  
25 € Übernachtungen im Mehrbettzimmer  
15 € pro Schulpferd (begrenzt vorhanden)  
15 € Paddock zum Selbstaufbau

Rabatte für Schüler und Studenten. Anmeldung und weitere Information auf der Homepage oder per eMail an [shankari-sun@web.de](mailto:shankari-sun@web.de)