

## "Swa" - das Selbst, "Swara" - die Innere Stimme

Genau um das geht es auf dieser einmaligen Reise mit Aquila Camenzind, die Sie dabei in den dezenten Luxus des Yoga Resort SwaSwara in Gokarna in Indien entführen wird. Sich selber hören, der eigenen Stimme lauschen und dabei die richtigen "Werkzeuge" benutzen. Mit sanften Bewegungen den Kosmos erfüllen und eintauchen in die Welt des Yoga und des "Swa". Nebst täglicher Yoga Praxis, Vorträgen, Einführung in die Ayurvedaküche und entspanntem Zusammensein bleibt genügend Zeit sich von Indiens Zauber & Kultur inspirieren zu lassen. Sie haben Zeit für einen Ausflug in den nahe gelegenen Shiva Pilgerort Gokarna, Spaziergänge am Strand, oder freudvolle und entspannte Stunden an Beach oder Pool zu geniessen.



Informationen und Buchungen bei:



Beat Germann  
beatgermann@cghearth.com  
Tel. +41 (0) 76 349 57 04  
www.swaswara.com

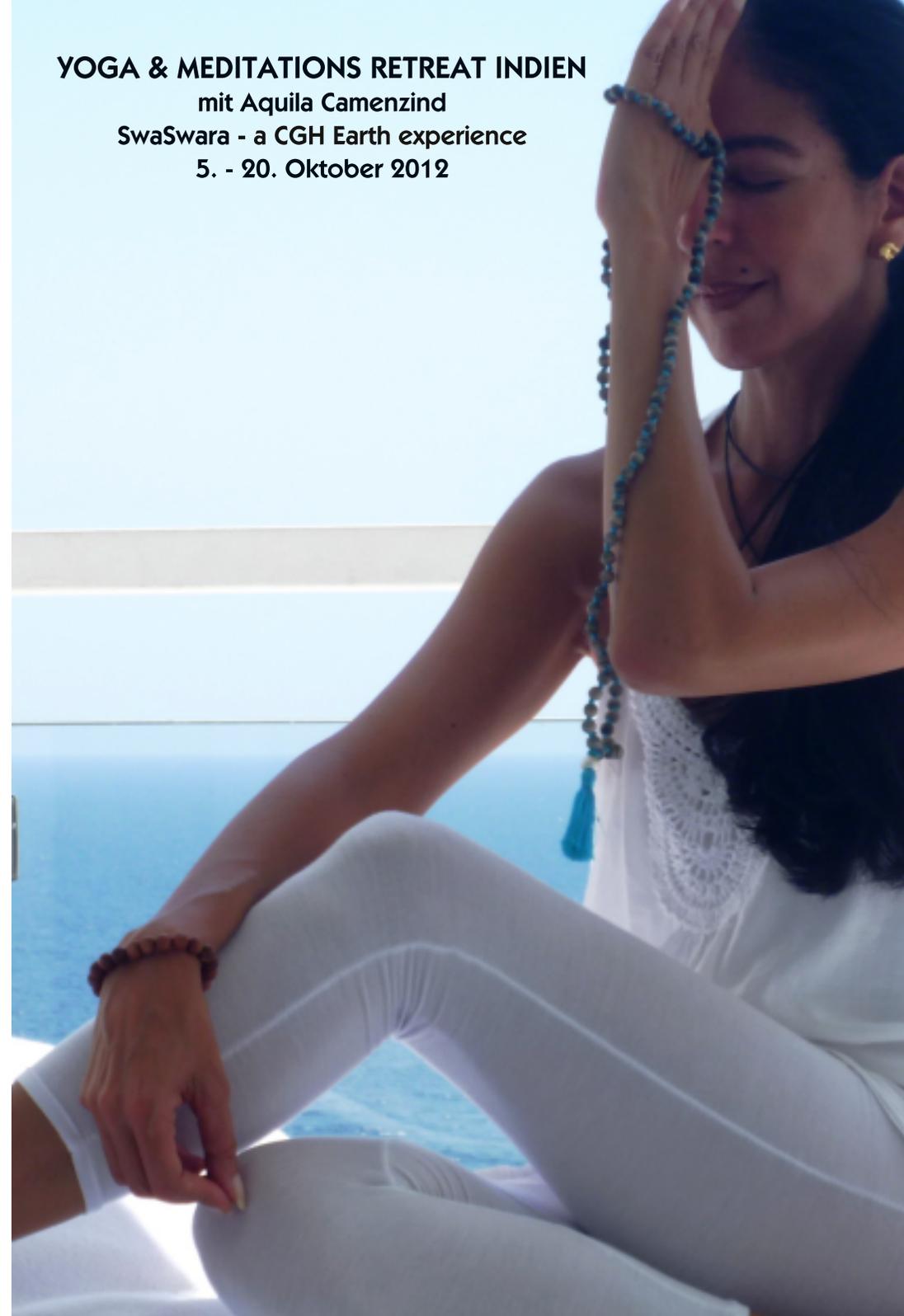


Aquila Camenzind  
yogaflow@bluewin.ch  
Tel. +41 (0) 79 402 69 63  
www.yogaflow.ch



## YOGA & MEDITATIONS RETREAT INDIEN

mit Aquila Camenzind  
SwaSwara - a CGH Earth experience  
5. - 20. Oktober 2012





### **Aquila Camenzind**

Während dieses zwei Wochen-Retreats wird die Yogalehrerin Aquila Camenzind Sie in das Wesen des Yoga auf profunde und gleichzeitig leichte Weise einführen und Ihnen in Zusammenarbeit mit dem SwaSwara Resort die Geheimnisse des Ayurveda vermitteln. Die indisch-stämmige Aquila Camenzind konnte auf ihren zahlreichen Reisen in asiatische Länder tief in die Essenz des Yoga und Ayurveda eintauchen. Durch ihre lebendige und vitale Art besitzt sie die Fähigkeit, Anfängern wie auch Fortgeschrittenen sowohl die Körperübungen (Asanas) als auch die Yogaphilosophie so gekonnt zu vermitteln, dass die Kursteilnehmer langfristig von einer Teilnahme in Aquilas Retreat profitieren.

### **SwaSwara Yoga Resort, Gokarna, Indien**

SwaSwara ist eine Oase für Reisende, die dem Klang ihrer inneren Stimme lauschen möchten, ein Ort der Ruhe, des in sich Gehens. Yoga, Meditation, Kunst, Kochkurse und Ayurveda begleiten Sie dabei auf dieser Reise.

### **Komfort und wohnen**

24 grosszügige Villen im lokalen Konkan-Stil mit vielen Naturmaterialien für warme Farben und ein Wohlfühl-Klima. Die Villen verfügen über einen privaten Garten mit einem Sitzplatz und ein halboffenes Open-Air Badezimmer. Das Schlafzimmer hat große Panoramafenster und ist klimatisiert. Über eine Treppe gelangen Sie in den privaten Yoga-, Lese- und Meditations-Bereich.

### **Essen und Küche**

Der kulinarische Schwerpunkt ist auf regionalen, vegetarischen Gerichten und frischem Fisch, Gemüse und tropische Früchte aus eigenem biologischem Anbau. Gäste sind bei uns jederzeit in der Küche herzlich willkommen und dürfen den Köchen über die Schultern schauen, Rezepte lernen, einen spontanen Kochkurs machen, oder einfach die Gerüche und Atmosphäre einer indischen Küche geniessen.



### **Yoga Retreat SwaSwara, Gokarna, Indien**

**Preis pro Person im DZ:** CHF 2'480.-  
EZ Zuschlag CHF 700.-

**Inbegriffen:** Transfer Flughafen Goa - SwaSwara - Flughafen Goa, Übernachtung im Doppelzimmer, Vollpension und sämtliche Aktivitäten, wie Yoga und Meditationen, Kochkurse, Ayurveda Vorträge und Ausflüge. Workshops und Leitung durch Aquila Camenzind.

**Nicht inbegriffen:** Visum für Indien (CHF 140.-, Stand Dez.2011), Reiseversicherung, persönliche Ausgaben wie Wäsche, Telefon und alkoholische Getränke

**Flug Qatar Airways ab CHF 1450.-** (Wir buchen die Flüge gerne für Sie. Beachten Sie bitte, dass je nach Buchungsklasse Zuschläge entstehen können).

### **Datum / Flugzeiten:**

05.10.2012	Zürich ab 11.45 / Doha an 18.45
	Doha ab 21.30 / Goa an 03.30
20.10.2012	Goa ab 04.30 / Doha an 05.35
	Doha ab 08.50 / Zürich an 14.15

Für weitere Informationen stehen wir Ihnen natürlich jederzeit gerne zur Verfügung.