

Thai Yoga Massage Refresher and More

Mi 22.10. - So 26.10.2025

im Seminarhaus Shanti in Bad Meinberg



Dieses Wochenende ist für alle, die bei mir bereits die Ausbildung gemacht haben und eine Auffrischung wünschen plus einige neue dynamische Elemente. Dynamische Thai Yoga Massage ist eine Form, die sanfte rhythmische Bewegungen und Druckmassage kombiniert.

Wir verbinden das bisher Erlernte aus der Ausbildung mit neuen Techniken, die den Körper mehr mobilisieren, Muskelverspannungen lindern und Stress reduzieren können. Wir gehen die gesamte Sequenz praktisch durch und Du erhältst nochmal hilfreiche Tipps und Hinweise für Deine Massagepraxis.

Voraussetzung: Thai Yoga Massage Ausbildung

Ort: Haus Shanti / Yogaweg 7 / 32805 Horn-Bad Meinberg

Kosten: ab 493 €* je nach Zimmerkategorie (s.u.)

Mit **Gundi Nowak**

Thai Yoga Massage Trainerin

Yogalehrerin

Ayurveda Gesundheitsberaterin

Anmeldung:

gundi@posteo.de

www.yoga-gundi.de

Preise für Dynamische Thai Yoga Massage im Haus Shanti in Bad Meinberg

Mi 22.10.- So 26.10.2025 // 28 Stunden

Kursbeitrag: 350 € // Early Bird bis 1. September 2025: 10 % Rabatt
plus Unterkunft & Verpflegung: je nach Zimmerkategorie (s. Tabelle).

Zimmerkategorie	Mi – So 2025 (4 Übernachtungen) Stand 30.10.2025
Zelt/ Wohnmobil/ Externe Unterkunft	143,00 €
Vierbettzimmer	170,50 €
Doppelzimmer	215,50 €
Einzelzimmer	299,50 €

Preise pro Person

Biovegane Verpflegung (Brunch und Abendessen)

Tees und Besuch einer Yogastunde inbegriffen

Kursbeitrag und Unterkunftskosten werden separat abgerechnet.

Beispiel:

Du möchtest 2025 an dem Kurs teilnehmen und wünschst in einem Vierbettzimmer zu übernachten. Dann meldest du dich per Mail bei mir an. -> **gundi@posteo.de**

Ich buche dich dann für deine gewünschte Zimmerkategorie im Haus Shanti ein. Von dort bekommst du eine Buchungsrechnung über die Unterkunftskosten. (siehe Tabelle oben)

Über die reine Kursgebühr erhältst du eine Rechnung von uns.

Alle Details bekommst du von uns nochmal in der Anmeldebestätigung.

Hinweis zur Anreise!

Wenn Du mit dem Zug anreist, beachte bitte:

für sogenannte Gastgruppenseminare wie dieses steht der Yoga Vidya Shuttle Service nicht zur Verfügung.

Du kannst entweder mit dem Bus (Linie 782) weiterfahren oder einem Taxi. (ca. 13 €)

Taxiunternehmen:

Taxi Wienke: 05234-98147

Taxi Blomberger/ Henke: 05234-9555

Taxi Prasse: 05234-89933

Bestelle das Taxi rechtzeitig! Am besten ein paar Tage im Voraus.

Tagesablauf:

Mittwoch 08.01.25

ab 15:00 Uhr Check In Rezeption
16:15 – 18:00 Uhr Hatha Yoga*
17:30 – 19:00 Uhr Abendessen
20:00 – 22:00 Uhr Intro, Vorstellungsrunde

*optional

Donnerstag 09.01.25

06:00 – 07:00 Uhr Fortgeschrittenes Pranayama*
07:00 – 08:00 Uhr Satsang*
08:15 – 11:00 Uhr Massagepraxis
11:00 – 12:00 Uhr Brunch
13:00 – 18:00 Uhr Massagepraxis
18:00 – 19:00 Uhr Abendessen
20:00 – 21:00 Uhr Satsang*

*optional

Freitag 10.01.25

06:00 – 07:00 Uhr Fortgeschrittenes Pranayama*
07:00 – 08:00 Uhr Satsang*
08:15 – 11:00 Uhr Massagepraxis
11:00 – 12:00 Uhr Brunch
13:00 – 16:00 Uhr Massagepraxis
16:30 – 18:00 Uhr Selbständiges Üben* / Hatha Yoga* / Freizeit*
18:00 – 19:00 Uhr Abendessen
20:00 – 21:00 Uhr Satsang*

*optional

Samstag 11.01.25

06:00 – 07:00 Uhr Fortgeschrittenes Pranayama*
07:00 – 08:00 Uhr Satsang*
08:15 – 11:00 Uhr Massagepraxis
11:00 – 12:00 Uhr Brunch
13:00 – 18:00 Uhr Massagepraxis
18:00 – 19:00 Uhr Abendessen
20:00 – 22:00 Uhr Satsang*

*optional

Sonntag 12.01.25

06:00 – 07:00 Uhr Fortgeschrittenes Pranayama*
07:00 – 08:00 Uhr Satsang*
08:15 – 11:00 Uhr Massagepraxis
11:00 – 12:00 Uhr Brunch
12:30 – 14:30 Uhr Massagepraxis

*optional