

## Der IYENGAR YOGA LEHRER

Gerhard Rehr, Iyengar Yoga Lehrer, unterrichtet mit Leidenschaft, variantenreich und mit Herz. Sein Unterricht ist strukturiert. Es gibt immer einen „roten Faden“ durch jede Stunde. Die Asanas werden gut aufgebaut und sind stets fordernd. Der Unterricht eignet sich für Fortgeschrittene und auch für jene mit weniger Erfahrung in den Iyengar Yoga Stil.



IYENGAR® Yoga fördert die Entwicklung von Stabilität, Kraft und klarer Körperausrichtung im Zusammenspiel mit Flexibilität, Balance und Entspannung. Im Mittelpunkt einer Yoga Einheit stehen **Asanas**, die in verschiedenen Sequenzen und mit wechselnden Schwerpunkten geübt werden. **Pranayamas** schulen die feine Wahrnehmung unseres Körpers. Sie lenken und zentrieren die Lebensenergie.

## Das Angebot:

Unterkunft im Weingut Tauss

[www.weingut-tauss.at](http://www.weingut-tauss.at)

Yoga im Haus der Stille.

Außenpool beheizt und Sauna.

**Doppelzimmer** zur Einzelbelegung mit Frühstück: ab € 303,- für 3 Nächte

**Doppelzimmer** 2 Personen mit Frühstück: ab € 228,- pro Person

Yoga Einheiten 3 Tage € 180,- pro Person mit Ausflügen & Begleitung von Gerhard

Radfahren Verleih ca. €35 pro Tag

Anmeldung bei Gerhard Rehr:

Email: [gerhard@myveda.at](mailto:gerhard@myveda.at)

Telefon: +43 664 2172623

Anmeldung danach für die Unterkunft direkt bei Frau Tauss:

Email: [info@weingut-tauss.at](mailto:info@weingut-tauss.at)

Telefon: +43 3454-6715



## Buchungsbedingungen:

Unsere Reise findet ab mindestens 8 Teilnehmern statt.

Die Teilnahmebedingungen sind bindend. Bei Anmeldung ist die Zahlung für das Yoga Element von € 180,- sofort zu leisten. Im Falle einer Stornierung durch den Veranstalter (wegen zu wenigen Teilnehmern) wird der Betrag in voller Höhe rückerstattet. Bei einer Stornierung durch den Teilnehmer erfolgt keine Rückerstattung, außer, es wird ein Ersatzteilnehmer gefunden. Beim Zimmer Reservierung wird eine Anzahlung direkt an das Weingut Tauss angewiesen. Die Storno Bedingungen vom Weingut sind auf deren Homepage. [www.weingut-tauss.at](http://www.weingut-tauss.at)



Der Weingut Tauss und unser Yoga Platz  
inmitten der Natur:



Donnerstag den 2. Mai  
bis  
Sonntag den 5. Mai 2024



YOGA FÜR MÄNNER  
IN DER  
SÜDSTEIERMARK  
MIT GERHARD REHRL



[www.dasyogahaus.at](http://www.dasyogahaus.at)

Email: [gerhard@myveda.at](mailto:gerhard@myveda.at)

Telefon: +43 664 2172623

