

Wyda Seminar Urlaub im Hotel Alpenblick Bad Gastein 14. – 21. September 2019



Wyda ist ein besonderes Erlebnis und eine wunderbare Erfahrung mit sich und der Natur.



**Ja, auch wir Europäer haben Energieübungen, Jahrtausende alt,
fast verloren gegangen, aber zum Glück wieder entdeckt!**

Wyda wird heute noch in Irland und England in Familien praktiziert.

WYDA, die magischen Energieübungen der Druiden,
der spirituellen Weisen und Gelehrten unserer keltischen Vorfahren,
ermöglichen uns ein Eintauchen in unser wahres Sein,
in die Verbindung mit der Natur und den Elementen.

Wyda ist ein gälischer Begriff und bedeutet „Durch den Schleier gehen.“
WYDA war eine Geheimlehre und wurde von den Druiden nur an auserwählte Schüler weiter gegeben.
Es sind Körper- und Energieübungen in starker Verbindung mit der Natur.

Mit Bäumen, blühenden Pflanzen, Wasser, Felsen,
mit der Energie von Mutter Erde und den Energien von Sonne und Mond, dem ganzen Universum.
Wyda lässt uns wieder unser inneres Wesen und unsere wahren Bedürfnisse erkennen,
es gibt uns die Kraft, unser Leben zu gestalten.

Ziel von Wyda ist

mit Achtsamkeit, Erkenntnis und Freude wieder die Verbindung mit der Natur und dadurch zu sich selbst zu finden. Wir finden wieder in unsere Mitte und so kann Harmonie, Frieden und Freude in unser Leben kommen!

Sie lernen:

Wyda Übungen die das Zusammenwirken von Körper, Seele und Geist fördern und Sie sich in Ihrem Körper wieder zu Hause fühlen.

Wenn wir bei schlechtem Wetter Wyda nicht in der Natur machen können, holen wir uns die Natur mit Blumen, Steinen, Kristallen und Wasser als Verstärker in den Raum.

Wyda stammt aus unserem eigenen Kulturkreis

um zu innerem und äußerem Gleichgewicht zu finden.
So wie die Chinesen Qigong und die Inder Yoga praktizieren,
so lehrt Wyda in der TEM-Traditionellen Europäischen Medizin den Geist zu beruhigen,
schult die Wahrnehmung, die Intuition und Konzentration,
löst Blockaden und harmonisiert den Energiefluss!

WYDA ist jedoch leichter zu erlernen als Yoga, Qigong oder Taiji!

Uralte Weisheiten für das Leben von heute!©



Referentin: Elisabeth Dellasega

Dipl. TCM-Tuina Therapeutin, Qigong Lehrtrainerin, Meditationsleiterin, TEM Wyda Trainerin.
www.wyda-salzburg.at ;dellasega@qigong-tuina.at,
Tel. +43 664 8721677

Wann: Samstag, 14. bis Samstag, 21. September 2019

Seminarbeitrag: € 540,- für 30 Unterrichtsstunden a'60 Min.,
maximal 12 TeilnehmerInnen!

Seminarzeiten: Siehe Wochenprogramm

Wo: Im wunderschönen Gasteiner Tal in Salzburg
Hotel Alpenblick, A-5640 Bad Gastein, Kötschachtaler Straße 17,
T.+43-6434-2062-0 www.alpenblick-gastein.at

Anmeldung: Halbpension und Wyda Seminar: Hotel Alpenblick, Frau Claudia Hirsch



Mitzubringen für das Seminar:

Bequeme Kleidung, für drinnen und für draußen, Regenschutz, flache feste Schuhe (Bergschuhe), dicke Socken, eine Trinkflasche, Decke, ein kleines Kopfkissen, wenn vorhanden Meditationshocker oder Kissen, eine Unterlage (Matte, Handtuch) um in der Natur zu üben. Schreibzeug, eine Bienenwachskerze, einen faustgroßen, runden Stein aus der Natur und Musikinstrumente wie Trommeln, Rasseln usw.



Uralte Weisheiten für das Leben von heute!©



Wochenprogramm für Wyda Seminar Urlaub im Hotel Alpenblick Bad Gastein

Samstag, 14. – Samstag, 21. September 2019

- Samstag, 14. 9.: Anreisetag
- Sonntag, 15.9.: Zur freien Verfügung
Beginn des Seminars am Abend 19.30 – 21.30 Wyda Einführungsvortrag und
Abendübungen bei Vollmond
- Montag, 16.9.: 7.00 - 8.00 Wyda Morgenübungen
09.30 – 13.00 Wyda
Nachmittag zur freien Verfügung,
20.00 -21.30 Wyda Abendübungen
- Dienstag, 17. 9.: 7.00 - 8.00 Wyda Morgenübungen
9.30 – 13.00 Wyda
Nachmittag zur freien Verfügung
20.00 – 21.30 Wyda Abendübungen
- Mittwoch, 18.9.: 9.30 – 17.00 Gemeinsamer Ganztagesausflug in die Natur mit Wyda
- Donnerstag, 19.9.: 7.00 – 8.00 Wyda Morgenübungen
9.30 – 13.00 Wyda
Nachmittag zur freien Verfügung
20.00 – 21.30 Wyda Abendübungen
- Freitag, 20.9.: 7.00 – 8.00 Wyda Morgenübungen
9.30 – 13.00 Wyda
Nachmittag zur freien Verfügung
20.00 Abschluss
Mit einem Ritual zur Herbst-Tagundnachtgleiche, Mabon oder Alban Elued

Gesamt ca 30 Stunden Wyda für die ganze Woche
- Samstag, 21.9. Abreisetag

Referentin: Elisabeth Dellasega
TEM-Wyda Trainerin
TCM-Tuina Therapeutin
Qigong Lehrtrainerin
Meditationsleiterin
www.wyda-salzburg.at

