GRUEZI & NAMASTÉ

YOGI DANCE BRUNCH

Samstag, 14. November 2026
Zeit 09.30 – 13.00 Uhr
Türöffnung 09.15 Uhr
Ort yoga8712 Stäfa

Andreas Haake
Yoga-Ayurveda-Community-CH

www.andreas-haake.ch

Es erwarten dich
- Gesunde Yoga-Bewegung
- Tanz-Reise durch die 5 Elemente
- Atem & Meditatives Bewusstsein
- Musik & Klang
- Leckere Essbarkeiten & Erfrischungen
- Gemeinschaft mit lieben Menschen

Eintritt inkl. Yogi-Brunch
54.– cash oder twint + freiwillige Bonus-Spende bei Zufriedenheit

Anmeldungen
sind erwünscht (Yogi-Brunch!) auf **mail@andreas-haake.ch** & **whatsapp** • mobile **076 387 65 87**

Yogi-Dance-Projekt

Der Yogi-Dance als Tanzreise durch die Qualitäten der 5 Elemente: Erde -Wasser – Feuer – Luft – Aether, bietet dir eine wunderbare Möglichkeit ganz bewusst in deine aktuelle Körperlichkeit und mentale Befindlichkeit einzutauchen. Gemäss dem ayur-yoga-vedischen Weltbild ist unser menschlicher Körper aus eben diesen 5 grossen Elementen, den Mahabhutas zusammengesetzt. Demnach entsteht aus der Verbindung von Bewusstsein und Energie, das Leben. Aus dem Feinen materialisiert sich das Grobe. Wenn wir uns tanzend mit der Quelle in Verbindung setzen, fliesst das Prana, die Lebensenergie und wir erleben Dankbarkeit für unser Da- und Sosein.

Programm-Übersicht

09.30 – 10.00	Prana-Yoga-Morgen-Sequenz	**30 Min.**
10.00 – 11.00	Yogi-Dance Tanzreise	**60 Min.**
11.00 – 11.15	Meditative Atem-Sequenz	**15 Min.**
11.15 – 11.45	Gong-Klangtrance & Tiefenentspannung	**30 Min.**
11.45 – 12.00	Younity-Meditation & Mantra Chant	**15 Min.**
12.00 – 13.00	Yogi-Brunch und lockerer Ausklang	**60 Min.**

Einladung

Ich lade dich von Herzen, ein mit Yoga & Ayurveda – Tanz & Klang, auf diese Reise zu dir selbst, mitzukommen. Das Leben ist Bewegung. Freies Fliessen von Energie führt zu Gesundheit, Erfüllung und innerem Frieden. Fühle dich frei auf deine Art und Weise, dein Inneres, inspiriert durch die unterschiedlichen Klangqualitäten und durch deine kreative Bewegung in Zeit und Raum, zum Ausdruck zu bringen.

Yoga-Ayurveda-Community-CH

Dieser Event dient der Entwicklung des Projektes **Yoga-Ayurveda-Community-CH**. Der Leitgedanke dieses Projektes ist das Erschaffen von kreativen Räumen und Zeitinseln, die der Erforschung von ganzheitlicher Gesundheit und individueller Persönlichkeitsentwicklung dienen sollen. Dieses Engagement soll einen substantiellen Beitrag zur Entwicklung von nachhaltig-stabilen, friedvollen Formen des Zusammenlebens und des Zusammenwirkens leisten.

YOGA AYURVEDA
ANDREAS HAAKE

Andreas Haake
Yoga & Ayurveda
076 387 65 87
andreas-haake.ch

EMR ZERTIFIZIERT