

« Truly, the greatest gift you have to give is that of your own self-transformation.»

Lao Tzu

L'immersion du mois de septembre sera dédiée à l'élément du feu qui représente la force transformante. Brûlant les impuretés, l'élément feu purifie ainsi notre état physique et psychique. En reliant discipline, ardeur, passion avec son caractère purgeant, l'élément du feu ouvre le chemin vers la clarté et la connaissance.

Lieu: À l'extérieur et selon la météo en partie à l'intérieur, à Fribourg.

Langue: Selon besoin français et/ou allemand.

Base dans la pratique de Yoga requise.

Die September Immersion ist dem Element Feuer gewidmet und repräsentiert die transformierende Kraft. Das Element Feuer verbrennt die Unreinheiten und reinigt dadurch Körper und Geist. In dem das Feuer Disziplin, Eifer, Leidenschaft mit seinem reinigenden Charakter verbindet, öffnet es uns den Weg zu Wissen und Klarheit.

Ort: Im Freien und je nach Wetter teilweise drinnen, in Freiburg.

Sprache: nach Bedarf Französisch und/oder Deutsch.

Basis in Yogapraxis empfohlen.

Samedi/Samstag 15h00-21h00

Dimanche/Sonntag 05h45-10h30

SPECIAL AUTUMN SOLSTICE PRICE Frs. 120.-

A apporter: un partage pour les repas (samedi soir et petit déjeuner dimanche), équipement adapté pour la pratique à l'extérieur, tapis de yoga, coussin, couverture.

Mitnehmen: Etwas zum Teilen für die gemeinsamen Mahlzeiten (Samstag Abend und Sonntag Frühstück), angepasste Ausrüstung für die Praxis im Freien, Yogateppich, Kissen, Decke.

Inscription: Via email à [info\(at\)toniaschilling.ch](mailto:info@toniaschilling.ch) en indiquant nom, prénom, adresse, no de téléphone.

Einschreibung: Via email an [info\(at\)toniaschilling.ch](mailto:info@toniaschilling.ch) mit Angabe von Namen, Vornamen, Adresse, Telefonnummer.

Paiement/Bezahlung: IBAN CH81 0900 0000 1701 1757 9, ARD Tonia Schilling Company, Weingartstrasse 25, 3014 Bern.

Prochaine date: 10/11 novembre 2018 Element Vent

Les weekends sont organisés indépendamment des uns des autres. Vous pouvez refaire le même thème deux fois, le contenu ne sera pas pareil.

Nächstes Datum: 10./11. November 2018 Wind Element

Die Wochenenden sind unabhängig von einander aufgebaut. Ihr könnt auch das gleiche Thema zweimal machen, der Inhalt wird nicht der gleiche sein.