



# ela Akademie Programm 2025

## **Anmeldung und Informationen:**

Gabriela Karall, MSc (Ayur)  
0664 3112 482 | [info@gabrielakarall.at](mailto:info@gabrielakarall.at)  
Buchen: [gabrielakarall.at](mailto:gabrielakarall.at)



## ela Akademie Programm 2025

### Jänner 2025

#### **Yoga der Weg zu Dir selbst - ursprüngliche Lebenskraft & Lebensenergie**

Yoga gibt uns persönliche Werkzeuge, die uns in die Lage versetzen, in Körper, Atem und Beziehung an der Realität des Lebens teilzunehmen.

**Termine:** Montag 13.1., 20.1., 27.1., 4.2., 10.2., 17.2.2025, 18:30 – 20:30 Uhr

**Ort:** Studio ela, Rudolf Diesel Straße 26, 2700 Wiener Neustadt

#### **Yoga Zauberstab Wirbelsäule**

Eine ganzheitliche Praxis, die das Öffnen und Dehnen jeder Region der Wirbelsäule beinhaltet.

**Termin:** Freitag 17. Jänner 2025, 17:00 – 20:00 Uhr

**Ort:** Studio ela, Rudolf Diesel Straße 26, 2700 Wiener Neustadt

#### **Phytotherapie - in jedem Augenblick kannst Du Deine Existenz positiv beeinflussen**

Der Planet Erde bringt Deinem Herzen befreiende Frequenzen.

**Termin:** Dienstag 11. Februar 2025, 18:30 – 20:30 Uhr

**Ort:** Studio ela, Rudolf Diesel Straße 26, 2700 Wiener Neustadt

#### **F.X. Mayr-Kur mit Ayurveda Behandlungen**

Eine F.X. Mayr-Kur dient der Entgiftung des ganzen Körpers und der umfassenden Regeneration des Darms.

**12 Termine** á 60 Minuten, 2x wöchentlich, beginnend ab 6. März 2025, individuelle Terminvereinbarung.

**Ort:** Studio ela oder/und Shantihome

