



Yoga-Wochenende im Prättigau

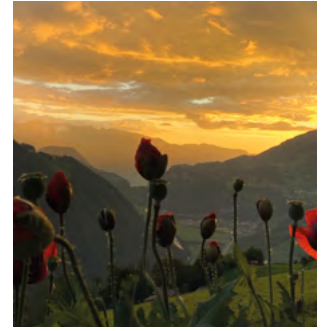


© Ralph Feiner

Freue dich auf eine Auszeit in den Bündner Bergen!

Kraftspendende Yogastunden, erdende Spaziergänge inmitten der traumhaften Bergwelt und erwachende Frühlingstage schenken Dir neue Energie und bringen Dich zurück in Deine Mitte. Das Wochenende ist geeignet für geübte und ungeübte Yogis, denn wir bewegen uns geschmeidig und achtsam, passend für den jeweiligen Moment und für deinen Körper.

Geniesse deine Auszeit, die herzliche Gastlichkeit im Stelserhof, das köstliche Bio-Essen und nimm dir Zeit für dich und die kleinen wunderbaren Momente im Leben.



Yoga-Wochenende im Prättigau

FREITAG, 8. – SONNTAG, 10. APRIL 2022

UNTERKUNFT & LAGE

Der Stelserhof liegt auf einer Sonnenterrasse oberhalb Schiers mitten in der natürlichen Bündner Bergwelt. Hoch oben auf dem weitläufigen Plateau bist du abseits von Alltag und Hektik und geniesst einen herrlichen Blick auf die Alpen. Die liebevoll eingerichteten Zimmer sind mit Holz ausgestattet und strahlen heimelige Gemütlichkeit aus. Kulinarisch werden wir mit regionalen Gerichten verwöhnt – natürlich in Bio-Qualität. An diesem schönen Ort erlebst du fließendes und geschmeidiges Yoga. Es ist der ideale Ort, um abzuschalten, durchzuatmen und aufzutanken. www.stelserhof.ch

PROGRAMM

Freitag, 8. April 2022

ab 14.00	individuelle Anreise, Check-in
17.00 – 18.30	Begrüssung und Yogapraxis
19.00	gemeinsames Abendessen
20.00	Abendprogramm (Meditation, Entspannung)

Samstag, 9. April 2022

08.00 – 10.00	Pranayama, Meditation, Yogapraxis
10.00	Brunch
16.30 – 18.30	Yogapraxis
19.00	gemeinsames Abendessen

Sonntag, 10. April 2022

07.30 – 09.00	Pranayama, Meditation, Yogapraxis
09.30	Brunch
bis 10.00	Zimmerfreigabe

Individuelle Abreise nach dem Frühstück.

KURSLEITUNG



Tanja Wenger
Dipl. Yogalehrerin und
Yogatherapeutin
www.yogaflowzug.ch



INFORMATION & ANMELDUNG

YogaFlowZug – Tanja Wenger
Victoria Areal, Mühlegasse 18h, 6340 Baar
anmeldung@yogaflowzug.ch, Tel. 079 756 55 16

KURSKOSTEN

Der Yoga-Unterricht kostet CHF 230.– (exkl. Unterkunft/Verpflegung).
Frühbucherpreis bis Ende Januar 2022: CHF 200.–

Die Kursanmeldung erfolgt per E-Mail an die Kursleitung.
Die Anmeldung ist verbindlich nach Einzahlung der Kursgebühr.

ZIMMERPREISE (PRO NACHT/PERSON)

Doppelzimmer mit Dusche/WC	CHF 141.–
Einzelzimmer mit Dusche/WC	CHF 161.–
DZ mit Lavabo/Etagendusche	CHF 118.–
EZ mit Lavabo/ Etagendusche	CHF 138.–

Bitte buche dein Zimmer direkt beim Stelserhof:
Telefon 081 328 11 49 oder mail@stelserhof.ch

Die Bezahlung der Hotelpauschale erfolgt am ersten Tag
(Maestro, Postcard, Barzahlung).

IM PREIS INBEGRIFFEN

- reichhaltiges Brunch-Bufferet
- vegetarisches Abendessen (regionale und nachhaltige Küche)
- Bio-Kräutertee, Früchte, Dörrfrüchte tagsüber
- Zvieri vor dem Yoga am Nachmittag
- Übernachtung in stilvollen Zimmern mit Dusche/WC oder Etagen-WC, je nach deiner Wahl

Nicht inbegriffen: An-/Abreise

COVID: Die bezüglich Covid-19 geltenden, behördlichen Vorgaben und Schutzmassnahmen werden umgesetzt und eingehalten. Versicherung ist Sache jedes Teilnehmenden. Wir empfehlen eine Reiseversicherung abzuschliessen. Die Annullationsbedingungen findest du auf www.yogaflowzug.ch/allgemeine-geschaeftsbedingungen/