

Yoga & Entspannungs- Weekend vom Do 21.06. bis So 24.06.2018



Zeit nur für Dich!

Diese Auszeit bietet dir Entschleunigung und Musse vom Alltag.

Neben Yoga, gibt es genug freie Zeit für eine Massage in der Jurte, Wandern, ein Alpenbad in der freien Natur oder einfach nichts tun...

Das Ambiente vom Berghotel Sterna www.berghotelsterna.ch wird euch gefallen. Alle Zimmer haben eine einmalige Panoramasicht und sind gemütlich, individuell und stillvoll eingerichtet. Hier kannst du auftanken, innere Ruhe und Ausgeglichenheit finden.

Programm:

<p>Donnerstag: Individuelle Anreise Do ab 15.00Uhr Zimmerbezug Willkommens- Apéro, Abendessen 19.00Uhr, Programm- Besprechung</p>	<p>Freitag: Power Yoga & Entspannung Wandern und Geh- Meditation Yin Yoga & Entspannung</p>
<p>Samstag: Power Yoga & Entspannung Zeit für dich Meditation Sonnengrüsse & Yoga Nidra</p>	<p>Sonntag: Power Yoga & Entspannung Frühstück und individuelle Abreise</p>

Versicherung ist Sache des Teilnehmers / Teilnehmerzahl beschränkt.

Investition:

Weekend Fr. 275.- mit Ursi

3 Nächte Inkl. Halbpension im Einzelzimmer (Etagen WC / Dusche) ab Fr.125.- bis Fr. 165.- / Tag

3 Nächte Inkl. Halbpension im Doppelzimmer Garten, WC / Dusche) ab 165.- bis Fr. 210.- / Tag

3 Übernachtungen, Frühstück, 1x Apéro, Abendessen 3 Gang (ohne Wein), Zvieri à discrétion, Früchte, Tee
Kuchen, Kaffee, Tee.



Anmeldung: Weekend und Zimmer / Anmeldeschluss 30.04. 2018

Ursi Grab

Rütistrasse 84b 8645 Jona

www.ursi-grab.ch

ursi@bluewin.ch

079 613 60 69

Ich freue mich....