

Yoga – Meditation – Wandern

mit Ursina Badilatti

19. – 23. Juni 2019

Hotel Le Prese **** in 7746 Le Prese

Tagesablauf:

Mittwoch, 19. Juni 2019:

16.00	Individuelle Anreise
16.30-18.00	Ankommen, mit einer sanften Yoga-Session
19.00	Willkommens-Apéro
19.30	Abendessen

Donnerstag, 20. Juni 2019:

07.30 – 9.00	Yoga und Meditation
09.30	Frühstück
10.30 – 16.30	Geführte Wanderung (Details vor Ort)
19.00	Abendessen

Freitag, 21. Juni 2019:

07.30	Early Bird Meditation
08.30	Frühstück
ca. 10.00 – 17.00	Geführte Wanderung inkl. Yoga (Details vor Ort)
19.00	Abendessen

Samstag, 22. Juni 2019:

08.00 – 09.30	Yoga und Meditation
10.00	Frühstück
Tags durch	Zeit zur freien Verfügung
17.00 – 18.30	Yoga
19.00	Abendessen

Sonntag, 23. Juni 2019:

7.30 – 09.30	Yoga und Meditation
10.00	Brunch
11.30	Abschied und Abreise (oder weiterer Aufenthalt im Hotel Le Prese)

Das Programm darf je nach Wetterverhältnissen und Fitnessstand der Teilnehmer angepasst werden.

Der Kurs findet ab einer Teilnehmerzahl von 5 Teilnehmer/innen statt.

Versicherungen sind Sache jedes Teilnehmenden. Der Veranstalter/die Lehrerin lehnen jede Haftung für Personen- und Sachschäden ab.

Wir freuen uns sehr Sie im Hotel Le Prese begrüßen zu dürfen.

Ursina Badilatti und das Hotel Le Prese Team