

Yoga Auszeit und Raum zum Sein für dich

14.4.-18.4.2024 im Vallemaggia in Coglio / Tessin

Namasté ॐ

Den Frühling im Tessin erleben, mit einer intensiven Yogapraxis und genug Zeit für Wanderungen, ein Buch lesen, Sein im Nichtstun, in Ascona / Locarno durch die Gassen schlendern, am See verweilen oder was auch immer dein Herz sich wünscht.

Was dich in etwa erwartet:

- ❖ Morgen Yogapraxis 1,5 h mit Asanas, Atem- und Bewusstseinsübungen, Morgenmeditation
- ❖ Frühstück
- ❖ Tag zur freien Verfügung / geführte Wanderungen oder Einzelyogastunden nach Bedarf (Auf Wunsch Massagen über Hotel buchbar)
- ❖ Abend Yogapraxis 1,5 h mit Asanas, Energetischen Abendübungen, Abendmeditation
- ❖ Abendessen
- ❖ Freie Gestaltung des Abends oder Teilnahme an spontanem Programm

Wo wir wohnen:

Das Ökohotel Cristallina liegt auf 356 m ü.M. zwischen den Dörfern Coglio und Giumaglio im unteren Maggiatal. Umgeben von Kastanienwäldern und nur 15 km von Locarno und 10 km von Cevio entfernt, ist es auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln leicht erreichbar.



Eco Hotel Cristallina in Coglio / Maggiatal /www.hotel-cristallina.ch

Anreisetag: Sonntag Nachmittag 14.4.2024

Abreisetag: Donnerstag 18.4.2024 nach der Yogalektion und dem Frühstück

Das Hotel Cristallina bietet uns für diese Zeit folgende Zimmer an, **inklusive Frühstücksbuffet, ein 3-gängiges Nachtessen** und Grander Wasser (mit und ohne Kohlensäure) während des ganzen Aufenthalts:

4 Doppelzimmer mit WC/Dusche auf der Etage Für 4 Nächte	Fr. 99.00 / Einzelbelegung Fr. 306.00	Fr. 120.00 Fr. 480.00
1 Doppelzimmer mit WC/Dusche Für 4 Nächte	Fr. 114.00 / Einzelbelegung Fr. 456.00	Fr. 140.00 Fr. 560.00
4 Doppelzimmer mit WC/Dusche und Terrasse Für 4 Nächte	Fr. 125.00 / Einzelbelegung Fr. 500.00	Fr. 162.00 Fr. 648.00
1 grosses Doppelzimmer mit WC/Bad als Dreierzimmer Für 4 Nächte	Fr. 109.00 / Doppelbelegung Fr. 436.00	Fr. 120.00 Fr. 480.00
1 grosses Doppelzimmer mit WC/Dusche und grosse Terrasse als Dreierzimmer Für 4 Nächte	Fr. 114.00 / Doppelbelegung Fr. 456.00	Fr. 130.00 Fr. 520.00

Die Preise verstehen sich pro Person, pro Nacht, 3,8% MwSt inbegriffen. Nicht inbegriffen Fr. 3.40 Kurtaxe pro Person, pro Nacht.

Hinzu kommen die Kurskosten von Fr. 200.00 p.P. (8 Lektionen à 90 Min. von Sonntagabend bis Donnerstagmorgen) inkl. Raummiete.

Kursanmeldung und Zimmerreservation bitte direkt per E-Mail an mich. Anmeldeschluss ist der 31.1.2024.

Maximal 8 TeilnehmerInnen. Die Zimmerreservation folgt in der Reihe der Anmeldungen.

Anmeldung via E-Mail:

rebekka.grandi@fabrik1a.ch

oder Telefon: 078 674 44 65 / 032 641 33 85