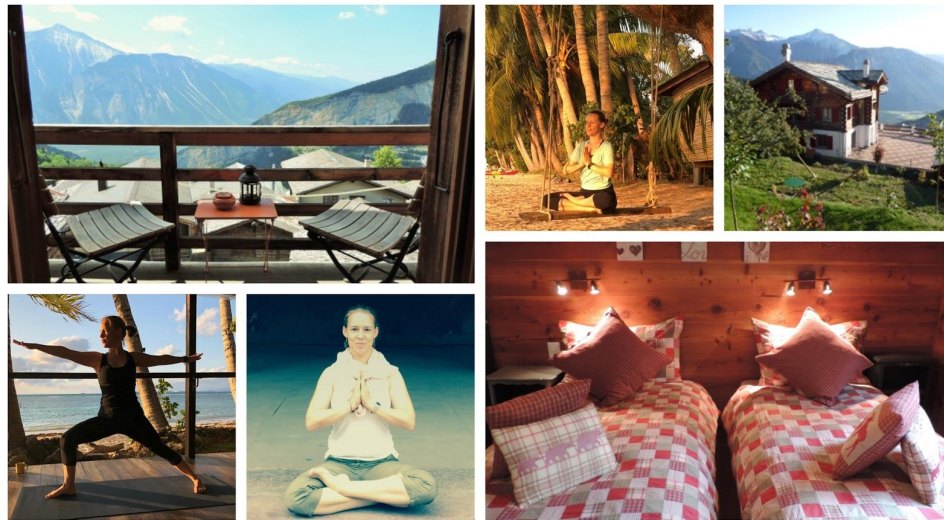


Yoga, Meditation & Natur Erlebnis in der Schweiz (zweisprachig/Englisch und Deutsch)



Wohlfühlen. Natur. Ruhe. Yoga. Frische Bergluft. Selbstfindung. Mehr Energie.
und vieles mehr erwarten DICH bei diesem Erlebnis in der Schweiz.

WANN: 1.-5. Juli 2019

WO: La Demeure des Elfes BnB, Albinen/Leukerbad in der Schweiz

(ein idyllisches Bergdorf in den Walliser Alpen) / www.lademeuredeselfes.com

PREIS: Frühbucher Schnäppchen ab nur 533,- Euro pro Person (*nur gültig bis 15.5.2019*)

WER: Sina Krickhahn international zertifizierte Yogalehrerin, Kinder Yoga und „Restorative Yoga“ zertifiziert, sowie Mindfulness Training mit Jon Kabat Zinn.

WAS:

- 4 Nächte im La Demeure des Elfes (während der Hauptsaison)
- 4 x reichhaltiger und gesunder Brunch im Buffet-Style (vegetarisch)
- 4 Hatha Yoga Klassen
- 1 Stunde Yin yoga (Matten & Zubehör werden gestellt)
- Ausprobieren verschiedener Meditations Stile
- Selbstbesinnung (Tagebuch)
- 1 Visionboard-Workshop (Materialien werden gestellt)
- Obst und Tee am Nachmittag
- Verwöhnpaket
- Ausreichend ICH-Zeit zum entspannen und erkunden
- Gesundes und leichtes Willkommensdinner
- optional: geführte Wanderung (Zusatzkosten entstehen für z.B. Bergbahn)

KONTAKT:

sinakrickhahn@gmail.com

0081-80-94552507 (whats app)

www.facebook.com/Yoga-on-the-Bluff-948040602059272/

www.facebook.com/leselfesveroetthess/

