16. bis 19. März 2023 – Lostallo GR

Yoga-Retreat im Misox

Donnerstag, 16. März, bis Sonntag, 19. März 2023

Unterkunft
Centro Arte Cabbiolo
La Vilo 36
6558 Lostallo-Cabbiolo
Telefon +41(0)91 830 14 67
info@centroarte.ch

Kursleitung
Nicole Ohme, dipl. Yogalehrerin

Kosten Unterkunft pro Person; drei Nächte
Einzelzimmer mit Dusche/WC, Halbpension, ab 480 Franken.
Einzelzimmer mit Etagenbad, Halbpension, ab 435 Franken.
Doppelzimmer mit Dusche/WC, Halbpension, ab 375 Franken.
Doppelzimmer mit Etagenbad, Halbpension, ab 345 Franken.

Bitte Zimmer direkt beim Centro Arte buchen.

Yoga-Kurskosten
340 Franken

Tagesprogramm
Donnerstag
ab 16 Uhr: Check-in; 17 bis 18.45 Uhr: Yoga; 19 Uhr: Abendessen.
Freitag und Samstag
8 bis 10 Uhr: Meditation, Pranayama, Yoga, Faszienarbeit; 10 bis 11 Uhr: Brunch; 11 bis 16.45 Uhr: Freizeit; 16.45 bis 18.45 Uhr: Yoga, Faszienarbeit; 19 Uhr: Abendessen.

Sonntag
7.45 Uhr bis 9 Uhr: Vinyasa Yoga; 9 Uhr: Frühstück; Check-out bis 10 Uhr.

Weitere Infos auf step-in.ch

Anmeldung
Step In
Rathausplatz 7
CH-9442 Berneck
079 234 83 72 info@step-in.ch