



INHALE
EXHALE

IMMUNSTÄRKENDES YOGAWOCHENENDE IN VALBELLA
vom 10. - 12. November 2023

IMMUNSTÄRKENDES YOGAWOCHENENDE IN VALBELLA

vom 10. - 12. November 2023

Das gesamte Programm findet im Valbella Inn Resort statt (www.valbellainn.ch)

Du erhältst von uns Werkzeuge, wie du dein Immunsystem stärken kannst, damit du fit, gesund und munter durch den Winter kommst. Geniesse dabei die grossartige Infrastruktur des schönen Hotels, den grosszügigen und einladenden Wellnessbereich und die einzigartige Natur.

Programm

<u>Freitag</u>		<u>Samstag</u>		<u>Sonntag</u>	
Anreise	ab 14.00 Uhr	Yoga	08.00-10.00 Uhr	Yoga	08.00-10.00 Uhr
Wellness und freie Zeit		Brunch	10.00 Uhr	Brunch	10.00 Uhr
Gemeinsames Abendessen	18.30 Uhr	Individuelle Entspannungszeit		Ende des Programms, Check out	
		Chanting	15.30 Uhr	Individuelle Abreise	
		Yoga	16.00-18.00 Uhr		
		Individuelles Abendessen	ab 18.30 Uhr		

Kosten: Fr. 820.- im Doppelzimmer, Fr. 950.- im Einzelzimmer

Und das ist alles im Preis inbegriffen:

- Yoga und Meditationen gemäss Programm
- Reichhaltiges und regionales Frühstücksbuffet
- 4 Gang Dinner
- Benutzung des Wellnessturms «Tor da Lenn» auf 5 Etagen
- Modernes Bad mit Whirlpool, Sauna und Fitnessraum

Exklusive Kosten:

- An- und Rückreise
- Annullationskostenversicherung obligatorisch
- Kurtaxen pro Nacht Fr. 4.50



Anmeldung und weitere Informationen: Andrea Piqué, 079 339 54 30, andrea@ajapa.ch / Corina Dettling, 079 200 02 44, corina.dettling@bluewin.ch