



INHALE
EXHALE

YOGA-WEEKEND IN VALBELLA
vom 4. - 6. November 2022

AUSZEIT FÜR DICH

YOGA-WEEKEND IN VALBELLA vom 4. - 6. November 2022

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

Tauche an diesem Wochenende in verschiedenen Aspekte des Yoga ein und finde Entspannung , Ruhe und Klarheit.

Geniesse dabei die grossartige Infrastruktur des frisch renovierten Hotels, den grosszügigen und einladenden Wellnessbereich und die schöne Natur.

Das Thema des Wochenendes ist «Achtsam und stark für Kraft, Ruhe und Zufriedenheit».

Programm

<u>Freitag</u>		<u>Samstag</u>		<u>Sonntag</u>	
Anreise/Empfang	ab 14.00 Uhr	Yoga	08.30-10.00 Uhr	Yoga	08.30-10.00 Uhr
Yoga	16.00-18.00 Uhr	Brunch	10.00 Uhr	Brunch	10.00 Uhr
Abendessen individuell	ab 18.30 Uhr	Individuelle Entspannungszeit		Ende des Programms, Check out	
		Yoga	16.00-18.00 Uhr	Individuelle Abreise	
		Abendessen individuell	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