



Yogaweekend

29.- 31. Januar
Hotel Meisser
Guarda - GR



Yoga y más

Sandra Bliggenstorfer



7 Stunden Yoga/Meditation
Freitagabend bis Sonntagmittag



Vitales Frühstücksbuffet &
4-Gang Dinner, exkl. Getränke



Kleiner Wellnessbereich
Sauna & Dampfbad



Für Yogaeinsteiger und
Fortgeschrittene geeignet



Schweizerdeutsch



Einzelzimmer	CHF 790.00
Doppelzimmer	CHF 740.00



Winterwonderland Guarda, das historische Schellenursli Dörfchen im Engadin mit den typischen Häusern dieser Gegend, umgeben von einer traumhaften Bergwelt.

Tauche ein in dynamische Yogaflows, entspannendes Yin Yoga und heilsame Meditationen und Soundbaths. Neben Yoga hast du viel Zeit für dich selber. Mach eine Schneewanderung, besuche den kleinen, feinen Wellnessbereich oder genieße die Ruhe der Bergwelt und lass deine Seele baumeln.

Der lichtdurchflutete, freistehende Yogaraum lädt mit einer wundervollen Sicht auf die Berge und den Schnee zur Entspannung ein.





Yogaweekend

29. - 31. Januar

Hotel Meisner

Guarda - GR



Anmeldung via
Sandra@yogaymas.ch



Weitere Infos
www.yogaymas.ch
Tel. 076 204 30 40



Yoga y más lehnt jede
Haftung ab. Versicherung
ist Sache der Teilnehmer



Annullierungen der
schriftlichen Reservation ab
Mitte November bis zum 18.
Dezember 2026 werden mit
50 % Stornogebühren
berechnet. Stornierungen ab
dem 19. Dezember 2026
werden vollumfänglich
verrechnet.



Freitag	
Check In ab	16:00 Uhr
Welcome&Yin Yoga	17:00-18:45 Uhr
Nachtessen	19:30 Uhr
Nachtmeditation	21:30-22:00 Uhr

Samstag	
Meditation&Pranayama	08:00-08:30 Uhr
Yogaflow	08:45-09:45 Uhr
Frühstück	09:45 Uhr
Yin Yoga	17:30-18:45 Uhr
Nachtessen	19:30 Uhr
Nachtmeditation	21:30-22:00 Uhr

Yogaprogramm

Sonntag	
Meditation&Pranayama	08:00-08:30 Uhr
Yogaflow&Abschied	08:45-09:45 Uhr
Frühstück	09:45 Uhr
individuelle Abreise	

