

# Yogaweekend

28.-30. Juni

Berghotel Wanna  
St. Antonien - GR



Yoga y más

Sandra Bligggenstorfer



7,5 Stunden Yoga/Meditation  
Freitagabend bis Sonntagmittag



Vegetarische Halbpension  
(exkl. Getränke)



Sauna, Outdoor Hotpot,  
Schwimmteich



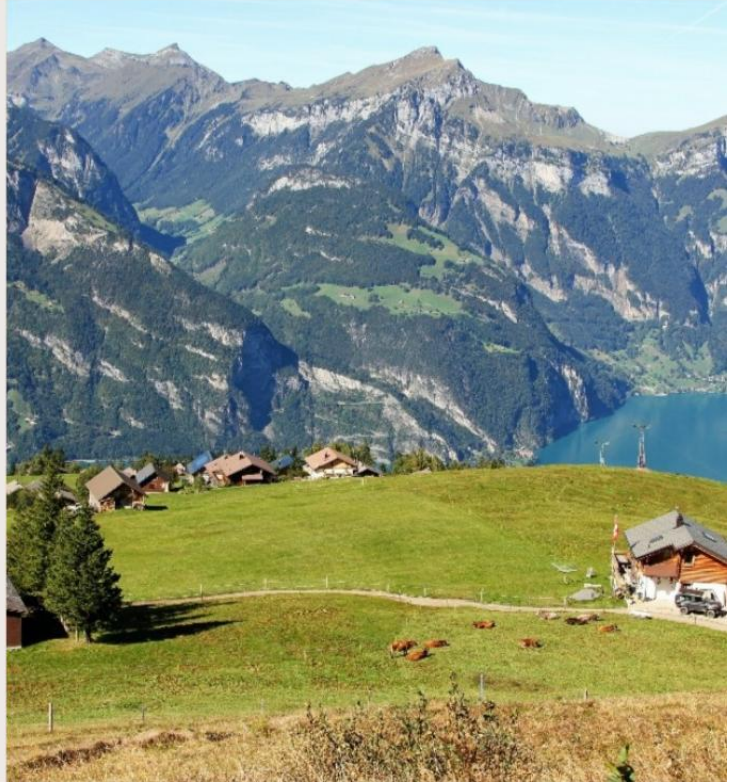
Für Yogaeinsteiger und  
Fortgeschrittene geeignet



Schweizerdeutsch



Nur im Doppelzimmer  
buchbar CHF 745.00



Entspanne ein wunderschönes Yogawochenende im umgebauten Bauernhaus, das mit seiner einmaligen, heimeligen Atmosphäre und Lage dich weit weg vom Alltag bringt. Weitere Infos zum Berghotel [www.wanna.ch](http://www.wanna.ch).

Tauche ein in dynamische YogafloWS, entspannendes Yin Yoga und heilsame Meditationen. Neben Yoga hast du viel Zeit für dich selber. Mach eine Wanderung, besuche die Sauna, schwimme im Naturteich, genieße die Ruhe der Bergwelt und lass deine Seele baumeln.

Bei schönem Wetter werden wir an der frischen Luft unsere Yogaeinheiten ausüben. Nach dem Abendessen erwartet dich eine Meditation, die dich sanft in den Schlaf begleitet.





# Yogaweekend

28.-30. Juni

Berghotel Wanna  
St. Antonien - 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 bis  
zum 4. Mai 2024 werden mit  
50 % Stornogebühren  
berechnet. Stornierungen ab  
dem 5. Mai 2024 werden  
vollumfänglich geschuldet



## Freitag

Check In ab	15:00 Uhr
Infos und Yin Yoga	17:00-19:30 Uhr
Nachtessen	18:30 Uhr
Nachtmeditation	21:30-22:00 Uhr

## Samstag

Meditation&Pranayama	08:00-08:30 Uhr
Yogaflow	08:45-10:00 Uhr
Frühstück	10:00 Uhr
Yin Yoga	17:00-18:00 Uhr
Nachtessen	18:30 Uhr
Nachtmeditation	21:30-22:00 Uhr

## Yogaprogramm



## Sonntag

Meditation&Pranayama	08:00-08:30 Uhr
Yogaflow	08:45-10:00 Uhr
Frühstück	10:00 Uhr
individuelle Abreise	

