

Wandern & Yoga auf der Schweibenalp

31. Mai – 2. Juni 2024



Wandern und Yoga

Wir wandern zu schönen Kraftorten in den Bergen, zum Brienersee und zu den Giessbachfällen, wo wir auch meditieren und Körperübungen ausführen können. Abends praktizieren wir Yoga und geniessen ein köstliches Bio-Diner. Den Morgen beginnen wir mit Yoga. Nach einem reichhaltigen Frühstücksbuffet wandern wir los. Auch Klänge aus der Indianerflöte verzaubern dieses Wochenende 😊

Anreise am Freitag: Beginn 18.00 Uhr. Mit ÖV.

Abreise am Sonntag: Ca. 16.00 Uhr. Mitfahrgelegenheit wird organisiert.

Anforderungen

Leichtes bis mittleres Wandern, mit einigen Pausen. Fürs Yoga sind keine Vorkenntnisse nötig.

Übernachtung

In einem der idyllischen Gebäude des Zentrums Schweibenalp, umgeben von einem schönen Garten und Permakultur. Die wundervolle Atmosphäre und die feinen kulinarischen Bio-Köstlichkeiten sind allein schon die Reise wert.

Leitung

Daniel Studhalter, dipl.Yogalehrer, Naturheilpraktiker und Reiseleiter.

Kosten

Bei 4 bis 12 Teilnehmenden: 290.-, ohne Yoga 220.-

Im Seminarpreis inbegriffen sind 4x Yogaunterricht und 2 ganztägige Wanderungen.

Kost und Logis werden direkt beim Zentrum gebucht.

Versicherung ist individuell.

Anmeldung

So bald wie möglich, spätestens bis zum 24. Mai 2024, falls es dann noch freie Plätze hat.

www.gesund-reisen.ch
www.schweibenalp.ch

079 390 38 66