

KundaliniYoga für Fortgeschrittene

Yogawoche in Curaglia / Val Medel Hotel Medelina

<https://medelina.ch/hotel/>

Kreatives Kulturhotel inmitten unberührter Natur mit freier Sicht in alle Himmelsrichtungen.



Montag 10. Juni 2019, 15 Uhr -
Sonntag 16. Juni 2019 14 Uhr

Kosten: 1.420 Fr. (Teilnahme mind. 8 Personen)

Kosten: 1.320 Fr. (Teilnahme 10 Personen)

Kosten: 1.250 Fr. (Teilnahme ab 12 Personen)

bei Unterbringung im Doppelzimmer / EZ Zuschlag 240 Fr.

Teilnahme mind. 8 Personen

Die Yogawoche beinhaltet

- 6 x Übernachtungen im DZ mit Dusche / WC
- 6 x Halbpension
- Frühstückbuffet, kleiner Mittagsimbiss und ein abendliches Medelina Menü
- letzter Tag (Sonntag): gemeinsamer Mittagsimbiss
- Yogasession gemäß Programm

Weitere Informationen und Anmeldung schriftlich, per mail oder tel. an:

Renata Hauser Hügel
dipl. KundaliniYogaLehrerin
dipl. YinYogaLehrerin
Pra Tuasch, 7424 Dalin
Tel.: 081 651 42 63 mobil: 078 734 14 09
kundalinikurs@bluewin.ch / www.kundalinikurs.ch

Programm

Montag, 10. Juni 2018

ab 15 Uhr individuelle Anreise / Einchecken
16 – 18.30 Uhr Yogaprogramm
19 Uhr Abendessen

Dienstag - Samstag

Sadhana
Frühstück
10 – 11.45 Uhr Yogaprogramm
12 Uhr Mittagsimbiss
individuelle Gestaltung
16 – 18.00 Uhr Yogaprogramm
18.30 Uhr Abendessen

Sonntag

Sadhana
Frühstück
10 – 12 Uhr Yogaprogramm / Abschiedsrunde
12.30 Uhr: Mittagsimbiss
Abreise