



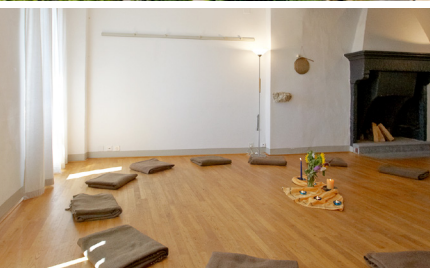
auszeit

yoga im tessin



Gönn dir eine Auszeit mit Yoga im Casa-Santo-Stefano in Migliegla im Tessin.

Die Yogalektionen werden morgens kraftvoll dynamisch und abends sanft, regenerativ und entspannend sein. Kurze Meditation und Atemübungen sorgen für zusätzliche Entspannung.



In diesem verlängerten Wochenende steht dir viel freie Zeit zur Verfügung, welche du mit Wandern, Schwimmen im erfrischenden Bergbach, Faulenzen oder Massagen gestalten kannst.



Wir freuen uns auf dich und stehen dir gerne für Fragen zur Verfügung.

Noëlle & Martina
Yogalehrerinnen YCH

Wann:

Donnerstag, 18. Juni, ab 17 Uhr
bis **Sonntag, 21. Juni 2020** ca. 11 Uhr

Kurskosten und Anzahlung:

CHF 350.- (exkl. Unterkunft/Verpflegung)

Unterkunft:

Casa-Santo-Stefano in Migliegla TI

Zimmer buchen direkt bei
www.casa-santo-stefano.ch
091 609 19 35

Preise Zimmer pro Nacht/Person,
Halbpension: ab CHF 85.-

Anmeldung und weitere Informationen:
Noëlle Hägler, 078 737 09 87

www.yogawerk-adliswil.ch
oder Martina Spalinger, 079 546 77 66

Anmeldeschluss: **30. April 2020**