

Tanz- und Achtsamkeitswanderwoche im Tessin Miglieglia 7.-13. August 2020



Wir tanzen Standard- und Lateinamerikanische Tänze ohne Partner/in in einem kleinen heimeligen Seminarraum mit Holzfussboden und Blick ins Tal.

Mit Achtsamkeitswanderungen entdecken wir das wunderschöne, wilde und gleichzeitig milde Malcantone im Tessin.

An einem Nachmittag besteht die Möglichkeit zum Töpfern.

Die Casa Santo Stefano ist ein historisches Tessinerhaus aus dem 18. Jahrhundert. Das liebevoll renovierte Gebäude bietet geschmackvoll eingerichtete Zimmer sowie eine herrliche Terrasse mit Traubenpergola.



Eine Tanzwoche die wir kombinieren mit achtsamen Wanderungen, Töpfern, Zeit zum entspannen und geniessen und mit feinem Essen. Für jedermann möglich. Altersgruppe 60+

Kursleitung: Marianne Schütz 079 712 00 35
Anmeldung unter marianne.schuetz@bluemail.ch

Zimmer buchen direkt bei der Casa Santo Stefano, Tel. +41 (0) 91 609 19 35
info@casa-santo-stefano.ch, www.casa-santo-stefano.ch

Programm & Details Tanzwoche 2020

(Änderungen je nach Wetter vorbehalten)

Wir tanzen Standard- und Lateinamerikanische Tänze ohne Partner/in und üben dazu spannende Choreografien für TeilnehmerInnen 60+

Ankunftstag: Freitag, 7. August 2020

Individuelle Anreise ab 14.00 Uhr Check-in
16.30 Uhr Begrüssung mit Welcome Apéritiv / Casa Santo Stefano
17.00 - 18.30 Uhr Tanzen
18.30 Uhr Abendessen in der Casa Santo Stefano

Samstag, 8. August 2020

08.00 - 09.30 Frühstück/Brunch
09.30 - 10.30 Tanzen
11.30 Wanderung 7 km nach Astano zum Badesee
12.51 Alternative mit dem Bus zum Badesee, oder uhu* = ums Huus umä
17.48 Bus nach Miglieglia
18.00 Individuelles Abendessen (Negresco)

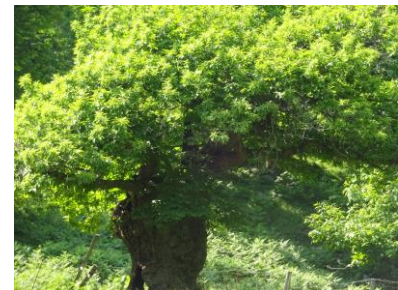


Sonntag, 9. August 2020

08.00 - 09.30 Frühstück/Brunch
09.30 - 10.30 Tanzen
ab 10.30 freier Tag
18.30 Abendessen in der Casa Santo Stefano

Montag, 10. August 2020

08.00 - 09.30 Frühstück/Brunch
09.30 - 10.30 Tanzen
freier Tag oder je nach Buchung
12.51 Bus nach Bedigliora
13.30 - 16.30 Töpfern in Bedigliora bei Giusy
16.47 Bus nach Miglieglia
Individuelles Abendessen



Dienstag, 11. August 2020

08.00 - 09.30 Frühstück/Brunch
14.00 Gemeinsamer Weg zur Maglio
Kaffee und Kuchen bei der Maglio
16-17 Tanzen
18.30 - 20.30 Abendessen bei der Maglio
20.30 30 Minuten Abendwanderung nach Miglieglia
18.30 Essen im Negresco



Mittwoch, 12. August 2020

08.00 - 09.30 Frühstück/Brunch
09.30 - 10.30 Tanzen
16.30 - 18.00 Uhr Musikererkennung / Theorie im Saal oder auf der Terrasse
18.30 Abendessen in der Casa Santo Stefano

Abreisetag: Donnerstag, 13. August 2020

08.00 - 09.30	gemeinsames Frühstück/Brunch
9.00 - 9.30 Uhr	Zimmerfreigabe
09.30 - 10.30	Tanzen
11.00	Abschiednehmen



Kurskosten

CHF 450.--(Kurs exkl. Unterkunft + Verpflegung)

Preise Zimmer pro Nacht/Person

Doppelzimmer-Suite mit Bad/WC	CHF 100.-
Doppelzimmer mit Dusche/WC	CHF 85.-
Einzelzimmer mit Dusche/WC	CHF 95.-
Doppelzimmer in Einzelbelegung	CHF 115.-*/CHF 125.-/CHF. 135.-

3 x reichhaltiges vegetarisches Abendessen im Hotel à Fr. 35.--
(die weiteren 3 Abendessen werden frei wählbar in den verschiedenen Restaurants im Dorf und der Umgebung eingenommen und sind nicht im Preis enthalten)

Kurtaxe pro Tag	CHF 4.-
-----------------	---------



Leistungen

Übernachtung in stilvoll renovierten Zimmern mit Dusche/WC oder auf der Etage*

Leckeres Frühstück mit Brot, Zopf - hausgemacht

Cappuccino, Espresso, Latte Macchiato und feine Tees in der Pause

Saison-Früchte den ganzen Tag

Selbstgemachte Kuchen in der Pause am Nachmittag oder unterwegs

Ticino Ticket (gratis ÖV und weitere Ermässigungen)

Gratisparkplatz bei der Monte Lema-Gondelbahn

7,5 Lektionen Tanz

1,5 Lektion Musikererkennung

1 geführte Wanderung nach Astano

1 gemeinsame kleine Wanderung nach Maglio

2 x Picknick zum Mitnehmen (nach Astano und zur Maglio)

Individuell buchbar:

Workshop Töpfern 3 Stunden

Fr. 50.- pro Person

Massagen im Haus

gemäss Preisliste



Anmeldung

Die Kursanmeldung erfolgt per Mail bei der Kursleiterin Marianne Schütz

Nach Eingang der Kursgebühr ist die Anmeldung definitiv.

Zimmer buchen direkt bei der Casa Santo Stefano , Tel. +41 (0) 91 609 19 35

info@casa-santo-stefano.ch

www.casa-santo-stefano.ch

Die Teilnehmer bekommen eine schriftliche Reservationsbestätigung.

Es ist keine Vorauszahlung nötig. Die **Hotelkosten sind direkt vor Ort am Anreisetag** zu bezahlen.

Mögliche Bezahlungsarten: Maestro, Postcard oder bar in Schweizer Franken/Euro.