

Yoga und Wandertage

31.10.2021 – 05.11.2021

Lass für eine Woche den Alltag hinter dir und finde zur Ruhe und mehr Gelassenheit mit Yoga und Meditation. Wandere in der freien Zeit in der wildromantischen Berglandschaft oder lies ein inspirierendes Buch am Kaminfeuer oder auf der Terrasse.



Tanja & Joey führen zusammen mit viel Herzblut, Wissen und Liebe the yoga place in Zürich. Beide unterrichten vollberuflich. Ihr Yoga Stil nennt sich Alignment Based Hatha Yoga mit Fokus auf die korrekte Ausrichtung und das Einbringen des Atems.



PROGRAMM*

Ankunftstag – Sonntag 31.10.2021

Individuelle Anreise
ab 14.00 Uhr Check-in
16.00 Begrüssung
16.30 – 18.15 Yoga Asana – Joey
19.00 Abendessen im Haus
21.00 – 21.30 Meditation – Joey

Montag – 01.11.2021

07.30 Morgen Tee
07:45 – 09:45 Yoga Asana – Joey
10:00 – 11:00 Brunch
11.00 – 16.30 Freizeit
16.30 – 18.30 Pranayama &
Meditation – Joey
19.00 Abendessen auswärts

Dienstag – 02.11.2021

07.30 Morgen Tee
07:45 – 09:45 Yoga Asana – Tanja
10:00 – 11:00 Brunch
11.00 – 17.30 Freizeit
17.30 – 18.30 Regenerierendes Yoga
– Tanja
19.00 Abendessen im Haus
20:30 – 21:30 Yoga Nidra – Tanja

Mittwoch – 03.11.2021

07.30 Morgen Tee
07:45 – 09:45 Yoga Asana – Joey
10:00 – 11:00 Brunch
11.00 – 16.30 Freizeit
16.30 – 18.30 Pranayama
& Meditation – Joey
19.00 Abendessen auswärts

Donnerstag – 04.11.2021

07.30 Morgen Tee
07:45 – 09:45 Yoga Asana – Tanja
10:00 – 11:00 Brunch
11.00 – 17.30 Freizeit
17:30 – 18.30 Regenerierendes Yoga
– Tanja
19.00 Abendessen im Haus
21:00 – 21:30 Meditation – Tanja

Abreisetag – Freitag 05.11.2021

07.30 Morgen Tee
07:45 – 09:00 Yoga – Joey
09.00 – 9.30 Uhr Zimmerfreigabe
09.30 – 11:00 Gemeinsamer Brunch
11.00 Kursende und Abreise**

*Änderungen vorbehalten

**optionale Verlängerung Zimmer möglich



UNTERKUNFT



Das „Casa Santo Stefano“ in Miglieglia besteht bietet in liebevoll renovierten Gebäuden aus dem 18. Jahrhundert, geschmackvoll eingerichtete Zimmer, helle Loggias und gemütliche Tessiner Küchen mit offenen Kaminen sowie eine herrliche Terrasse mit Traubenpergola.

KOSTEN

Kurskosten – CHF 520.00

Inklusive:

Tee/ Kaffee und Früchte am Morgen vor dem Yoga
Leckeres Frühstück/Brunch mit Brot, Zopf Kaffee und feine Tees in der Pause
Saison-Früchte den ganzen Tag
Selbstgemachte Kuchen am Nachmittag
Parkplatz bei der Monte Lema-Gondelbahn
Bettwäsche und Handtücher
Yoga (Asana / Pranayama / Meditation)

Preise Zimmer

pro Person für 5 Übernachtungen
(inkl. 3 reichhaltige vegetarische Abendessen im Hotel (à CHF 35.–)
Doppelzimmer-Suite mit Bad/WC CHF 605.--
Doppelzimmer mit Dusche/WC CHF 530.--
Einzelzimmer mit Dusche/WC CHF 580.–
Doppelzimmer in Einzelbelegung Kat.C CHF 680.--
Doppelzimmer in Einzelbelegung Kat.B CHF 730.--
Doppelzimmer in Einzelbelegung Kat.A CHF 780.--

Weitere Kosten

Reisekosten
Kurtaxe CHF 4.00 / Tag und Person
2 x Abendessen im Restaurant
Evtl. Benutzung Postauto, Gondelbahn

Anmeldung Kurs

Die Kursanmeldung erfolgt per E-Mail via info@theyogaplace.ch / theyogaplace.ch

Bitte kompletten Name, Adresse, E-Mail und Telefonnummer bekannt geben.

Nach der Anmeldung, senden wir eine Rechnung per E-Mail. Nach Eingang der Kursgebühr ist die Anmeldung definitiv. Die Zimmer bitte direkt bei der Casa Santo Stefano buchen.

Die Platzzahl ist limitiert.

Buchung Zimmer

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

Die Teilnehmer bekommen eine schriftliche Reservationsbestätigung direkt vom Hotel.

Die Hotelkosten sind direkt vor Ort am Anreisetag zu bezahlen. Mögliche Bezahlungsarten: Maestro, Postcard oder bar in Schweizer Franken/Euro.

Bei einem Rücktritt werden folgende Kosten verrechnet

Bei einem Rücktritt nach 02.08.21 50% der Kursgebühren plus CHF 100.00

Bearbeitungsgebühren.

Bei einem Rücktritt nach dem 02.09.2021 100% der Kursgebühren plus CHF 100.00

Bearbeitungsgebühren. Wir empfehlen eine Reiserücktrittsversicherung abzuschliessen.

Haftungsausschluss

Für Schäden infolge eines Diebstahls, Unfalls, Naturkatastrophen, einer Verletzung, einer Krankheit, bei Nichtantreten der Reise oder bei Verlust von Wertgegenständen, Geld, Kleidern etc. ist jegliche Haftung ausgeschlossen. Der Abschluss einer Versicherung ist Sache des Teilnehmers.