

Yoga Sommer in Klosters

8. - 13. Juli 2024



Yoga - dein Frischekick für heisse Tage!

Yogapraxis

Mit einer ganzheitlichen Yogapraxis schafft es der Körper, die Wärme des Sommers ideal auszugleichen und sie als weniger belastend zu empfinden. Zudem löst sie Verspannungen, gibt mehr Beweglichkeit, fördert die Balance und sorgt dank dem besseren Körpergefühl für gute Laune. Die Atmung wird tiefer und gleichmäßiger und fördert Entspannung und Gelassenheit. Für Anfänger und Geübte.

Unterkunft und Lage

Das Hotel Sport in Klosters ist sportlich – aktiv – familiär und eingebettet in die herrliche Bündner Bergwelt. Die Zimmer sind auf drei Häuser verteilt und durch eine Galerie miteinander verbunden. Vom Restaurant aus genießt man eine schöne Aussicht auf Klosters und bis weit ins Prättigau hinaus und die Sonnenterasse ist ein Geheimtipp für Genießer, gehört sie doch zu den Schönsten in Klosters.

Natur und Genuss

Draussen sein – Wandern – Innehalten – Abschalten – Geniessen. Viele Bergbeizli verwöhnen uns mit einem Panoramablick und Köstlichkeiten. Natur und Genuss pur!



Yoga Sommer in Klosters – Frischekick für heisse Tage



Montag, 8. Juli – Samstag, 13. Juli 2023

PROGRAMM (Änderungen vorbehalten)

Montag, 8.7.2024

ab 13 Uhr	individuelle Anreise
14.00 Uhr	Begrüssung
15.00 Uhr	Zimmerbezug
16.00 Uhr	Yogapraxis
18.30 Uhr	Abendessen

Dienstag bis Freitag, 9. – 12.7.2024

07.15 Uhr	Yogapraxis
09.00 Uhr	Frühstück
11.00 Uhr	3x Wandergenuss
16.30 Uhr	2x Yoga Praxis/Entspannung
18.30 Uhr	Abendessen
20.00 Uhr	1x Surprise, 1x Abschluss

Samstag, 13.7.2024

07.15 Uhr	Yogapraxis
09.00 Uhr	Frühstück
11.00 Uhr	Zimmerfreigabe & Abreise

KURSLEITUNG

Pascale Patricia Hoffmann-Hostettler



EMfit

Qualität in der Gesundheitsförderung

SEMINARKOSTEN

CHF 620 / Frühbucher bis 31.3.24 CHF 570

ÜBERNACHTUNG & KOSTEN

Hotel Sport, Landstrasse 95, 7250 Klosters

www.hotel-sport.ch

DZ für 2 Personen/pro Person	CHF 600
EZ	CHF 725
DZ zur Einzelnutzung	CHF 825

Im Preis inbegriffen:

12 Yoga-Einheiten, 3 begleitete Wanderungen mit genussvollen Pausen, 5 Übernachtungen in neu renovierten Zimmern, reichhaltiges Frühstücksbuffet, Wasser, Tee, Nüsse und Früchte im Seminarraum, 4-Gang-Abendessen, W-Lan, Hallenbad und Sauna, Davos-Klosters Gästekarte.

Mitbringen

Eigene Yogamatte und Sitzkissen

ANMELDUNG

Yogaseminar und Zimmer-Reservation mit Anmeldeformular an:

yoga-mit-pascale@glueckswege.ch

Dipl. Yogalehrerin YCH/EYU, Märchenerzählerin, Systemische Erlebnispädagogin,
Parkstrasse 16, 4106 Therwil, +41 79 704 97 73, glueckswege.ch



Anmeldung

Ich melde mich verbindlich an zum Seminar:

Yoga Sommer in Klosters, Mo, 8. bis Sa, 13. Juli 2023

Frischekick für heisse Tage

Name/Vorname:

Strasse/Nr.:

PLZ/Ort:

Geburtsdatum:

Tel. Nr.:

Email:

Allfällige gesundheitliche Beschwerden (z.B. Bluthochdruck, Rücken-, Knie-, Atemprobleme, etc.):
.....

Yoga-Erfahrung (Monate/Jahre):

Zimmer-Reservation: EZ DZ für 2P DZ zur Einzelnutzung
Max. 5 Einzelzimmer, ansonsten DZ zur Einzelnutzung oder DZ bei Doppelbelegung

Ich teile das DZ mit:

Bemerkungen allgemein:
.....

Bestätigung: erfolgt nach Eingang der Anmeldung und gilt als definitiv, sobald die **Seminarkosten** überwiesen wurden:

BLKB Basellandschäftliche Kantonalbank, 4410 Liestal
Pascale Hoffmann, Parkstrasse 16, 4106 Therwil
CH84 0076 9193 3727 4200 2, BIC 769, Konto 40-44-0

Die **Übernachungskosten** werden vor Ort bezahlt.

Versicherung: ist Sache der Teilnehmer

Annullationsgebühr Seminar: Bei einer Annullation bis 4 Wochen vor Kursbeginn wird eine Gebühr von 50 % des Kurspreises erhoben, bei weniger als 4 Wochen wird der gesamte Kursbetrag fällig. Bei einem Rücktritt in aussergewöhnlichen Situationen, wie Pandemien oder Krankheit (Arztzeugnis), wird das Kursgeld abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von CHF 50.- zurückbezahlt.

Ort/Datum:

Unterschrift:

