



2. September bis 4. September 2022

YOGA - Wochenende

Geniesse eine Auszeit im wunderschönen Appenzellerland. Wir haben viel Zeit, um in einer Kleingruppe (max. 12 Teilnehmer) Yoga zu praktizieren und um die Natur zu geniessen. Das Wochenende eignet sich für Yogaanfänger und Fortgeschrittene.

Ich freue mich auf Euch!
Daniela

Unterkunft

Seminarhotel Idyll Gais. www.idyll-gais.ch

Inklusiv

- 4 Lektionen Yoga, 2x Yoga Nidra, 1 freiwillige Wanderung
- 2 Übernachtungen mit reichhaltigem Brunch in der gebuchten Zimmerkategorie
- 2 Abendessen (exkl. Getränke)
- Kostenloser Parkplatz
- Yogamatten, Decken und Sitzkissen vor Ort vorhanden

Kosten

Einzelzimmer mit WC/Dusche	CHF 496.00 p.P.
Doppelzimmer mit WC/Dusche	CHF 446.00 p.P.
Einzelzimmer mit WC/Dusche auf Etage	CHF 406.00 p.P.
Doppelzimmer mit WC/Dusche auf Etage	CHF 394.00 p.P.

Anmeldung

Per Mail an daniela.yoga@gmx.ch. 50 % der Kursgebühr sind bis zum 30.06.2022, die restlichen 50 % des Betrags bis 24.08.2022 auf Konto IBAN CH71 0645 0600 2575 3455 9, Daniela Meyer, Eichenweg 10a, 4912 Aarwangen zu überweisen. Das Wochenende findet bei mindestens 4 Teilnehmern statt.

Rücktrittsbedingungen

Bis 31 Tage vor der Anreise: Bearbeitungsgebühr von CHF 50.00
30 bis 15 Tage vor Anreise: 30 % der Kurskosten
14 bis 4 Tage vor Anreise: 50 % der Kurskosten
3 bis 0 Tag vor Anreise: 100 % der Kurskosten
Ich empfehle den Abschluss einer Annullationskostenversicherung.

Programm

2. September 2022	
	Individuelle Anreise, Zimmerbezug ab 15.00 Uhr
17.45 Uhr	Begrüssung und Yoga
19.00 Uhr	Nachessen
21.00 Uhr	Yoga Nidra
3. September 2022	
8.00 Uhr	Yoga
9.45 Uhr	Brunch
Nachmittag	Freiwillige Wanderung auf den hohen Hirschberg
17.00 Uhr	Yoga
18.30 Uhr	Nachessen
20.30 Uhr	Yoga Nidra
3. September 2022	
8.00 Uhr	Yoga
9.45 Uhr	Brunch
Danach	Individuelle Rückreise

Änderungen vorbehalten. Das Detail-Programm folgt ca. 2 Wochen vor dem Wochenende.

Leitung

Daniela Meyer Kuhn,
Dipl. Yogalehrerin YS und Yogatherapeutin
Eichenweg 10a, 4912 Aarwangen, 079 251 04 02,
daniela.yoga@gmx.ch, www.daniela.yoga

