



Yoga und Wandern im Val S-charl

In traumhafter Natur kommen wir mit Hilfe von Yoga zur Ruhe und entdecken neu unsere innere Quelle der Lebendigkeit.

Dabei unterstützen uns Hatha-Yoga und Pranayama

Nach der morgendlichen Yogalektion geniessen wir auf verschiedenen Wanderungen die Umgebung von S-charl und erholen uns in der grandiose Bergwelt des Unterengadins.

Den Abend beschliessen wir gemeinsam mit kurzen Vorträgen über Yogaphilosophie, Pranayama und Stille.

Datum: 7. – 12.08. 2016

Ort: Hotel Crusch Alba in S-charl

Kurskosten: 300 Fr. plus Fr. 50 Jurteanteil

Hotelkosten: Fr. 95.00 bis Fr. 150.00 je nach Zimmerkategorie für Halbpension pro Nacht

Bitte buchen Sie das Hotel direkt nach Ihren Wünschen:

Tel. +41 81 864 14 05

info@cruschalba.ch,

<http://www.cruschalba.ch>

Kursleitung: Marianne und Bernhard Müller,
dipl. Yogalehrer , 3800 Matten b. Interlaken

Anmeldung: **Definitive Anmeldung bis 30. Juni 2016**

bmm.matten@bluewin.ch oder Tel : 033 823 14 03