

Yoga-Weekend am See

30. April – 2. Mai 2021



Geniesse drei erholsame Yoga-Tage am Vierwaldstättersee: Mit Blick auf See und Alpen, in wunderbarer Umgebung fernab von Hektik neue Kreativität entdecken und die Seeluft geniessen. Die Geschichte des familiengeführten Hotels Rigi reicht bis ins 19. Jahrhundert zurück.

Im Laufe der Zeit entstand dieses kleine Juwel am Vierwaldstättersee mit zeitgemässer Infrastruktur und dem besonderen Charme der Jahrhunderte. Das Weekend richtet sich an alle Yoga-Interessierte, jeden Alters und auch ohne Vorkenntnisse.

Alles im Überblick

Dauer Freitag, 30. April, 16 Uhr bis Sonntag, 02. Mai 2021

Kosten CHF 250.- + Zimmerkosten

Inklusiv

- ✓ 5 Yogalektionen + 3 Meditationen
- ✓ 2 Übernachtungen im gebuchten Zimmer
- ✓ Ausgiebiges Frühstück
- ✓ Suppe & Salat-Zmittag
- ✓ vegetarisches 3-Gang Abendessen

Leitung Janine Blaschek & Andrea Manser
Diplomierte Yogalehrerinnen YS
+41 76 441 65 66 / +41 79 513 04 42
jablayoga@bluewin.ch / www.jablayoga.com
andrea.manser@gmx.ch

Anmeldung Per E-Mail an andrea.manser@gmx.ch



Alles im Detail



Inhalt	Freitag, 30. April	16.00 - 17.30 Uhr	Begrüssung, Welcome-Yoga
		18.30 Uhr	Abendessen im Hotel
		20.30 - 21.00 Uhr	Meditation
	Samstag, 01. Mai	08.00 - 08.45 Uhr	Meditation und Pranayama
		10.30 - 12.00 Uhr	Yoga
		16.30 - 18.00 Uhr	Regenerations-Yoga
		ab 18.30 Uhr	Abendessen im Hotel
	Sonntag, 2. Mai	08.00 - 08.45 Uhr	Meditation und Pranayama
		10.30 - 12.00 Uhr	Yoga
		13.30 - 14.45 Uhr	Yoga/Meditation und Verabschiedung

Änderungen vorbehalten; Detail-Programm folgt ca. 10 Tage vor dem Weekend.

Kurskosten CHF 250.-

Preise Zimmer	Einzelzimmer Standard	CHF 292.-/Person
	Einzelzimmer Standard A/Seesicht	CHF 322.-/Person
	Doppelzimmer Standard A/Seesicht	CHF 262.-/Person
	Doppelzimmer Standard B/Botenhaus	CHF 282.-/Person

- Inklusive Frühstück, Suppen/Salat-Zmittag, vegetarisches 3-Gang Abendessen, Früchte im Seminarraum, Mineralwasser, freier Eintritt in das Weggiser Hallenbad/Lido
- Kurtaxe plus CHF 8.40/Person, plus ev. Parkplatz CHF 6.-/Tag
- Bitte buche das Zimmer direkt beim Seminarhotel Rigi: Tel. 041 392 03 92 / info@hotel-rigi.ch, Vermerk „Yoga-Weekend“. Es ist keine Vorauszahlung des Zimmers nötig. Die Hotelkosten sind vor Ort zu bezahlen (Twint, Maestro, Postcard, Visa, Mastercard, V-Pay)

Anmeldung Schriftlich per E-Mail an andrea.manser@gmx.ch. Die Anmeldung ist definitiv nach Einzahlung der Kursgebühr auf Kto bei der Raiffeisen Bank Appenzell CH87 8102 3000 0013 8759 5, lautend auf Andrea Manser, Gaiserstrasse 39a, 9050 Appenzell

Das Weekend findet bei 8 Anmeldungen statt. Weitere Infos: www.jablayoga.com, +41 76 441 65 66 / andrea.manser@gmx.ch / +41 79 513 04 42 und www.hotelrigi.ch. Wir freuen uns auf Eure Anmeldung und ein fantastisches Yoga-Weekend mit Euch! Namasté, Andrea und Janine

Rücktrittsbedingungen Unterkunft: Das Zimmer kann bis 2 Tage vor Anreise kostenfrei storniert werden. Danach wird 1 Übernachtung (inkl. Mahlzeiten) verrechnet.

Kurskosten: Bis 15 Tage vor Kursbeginn kostenfrei, danach ist der volle Betrag fällig, wenn kein Ersatzteilnehmer gefunden werden kann. Versicherung und Haftung ist Sache des Teilnehmers. Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung.

