

Yoga & Achtsamkeit

mit Nina & Nathalie

4. bis 7. Januar 2024

Nimm dir Zeit für dich – mit Yoga, Meditation und Achtsamkeit



Wir freuen uns zusammen mit dir vier Tage in der wunderschönen Cortesi's Lenk Lodge verbringen zu dürfen. Nathalie startet den Tag mit Meditation, sanfter Atemübung und Achtsamkeit, gefolgt von einer kraftvollen Yoga-Praxis. Mit Nina fließt du in der zweiten Tageshälfte mit einem aktiven Yoga-Flow ins passive Yin-Yoga.

Inbegriffen

- Täglich Yoga und Meditation
- Drei Übernachtungen mit hochwertigem Frühstück aus regionalen Produkten
- Vegetarisches frisch zubereitetes 3-4 Gänge Buffet, inkl. Lodge Wasser, Tee und Kaffee
- Kleines Knabber-Frühstück vor der ersten Praxis
- Kaffee, Tee und Mineral nach Belieben während des ganzen Aufenthalts
- Nachmittags «Zvieri-Schale»
- Kurtaxen
- Freie Fahrten auf den Lenker ÖV und Bussen
- Alleinnutzung der ganzen Lodge (ohne weitere Gäste)

Nicht inbegriffen

- Mittagessen, Parkplatz-Gebühr

Freizeitmöglichkeiten

In der Lenk gibt es viele wunderbare Möglichkeiten die Freizeit zu gestalten (Winterwandern, Wellness, Langlaufen, Skifahren, Schlitteln). Zudem ist es sehr gemütlich in der Lenk Lodge die Zeit mit Lesen und nichts tun zu verbringen oder dich in der Gondel Sauna im Garten (exkl.) zu verwöhnen.

Preis pro Person für 3 Nächte

CHF 990.00 im Doppelzimmer mit Bad / CHF 890.00 im Doppelzimmer mit Bad auf Etage
CHF 1090.00 im Einzelzimmer mit Bad auf Etage / CHF 1190.00 im Einzelzimmer mit Bad

Annulationskosten

Nach definitiver Buchung, fallen bei einer Annulation Kosten an.