



# Yoga-Feel-Free-Wochenende im November 2017

**Geniessen Sie ein Yoga-Wochenende vom 10. - 12. November 2017 mit Désirée Huber und Yoga-Feel-Free**

Wir beginnen jeden Tag mit einem traumhaften gemeinsamen Frühstück. Danach beleben wir unser Körper mit einer zweistündigen Yoga Vinyasa Klasse und lassen dabei das winterliche Ambiente dieses Kraftortes auf uns wirken. An den Nachmittagen besteht die Möglichkeit, die Seele baumeln zu lassen, den Tag vollkommen und entspannt zu geniessen, Energie zu tanken im einzigartigen BergSpa mit dem grössten Hamam im Alpenraum.

An den Abenden lässt du dich mit heißen Tüchern, ätherischen Düften und einem tiefen entspannenden Yin Yoga verwöhnen. Freu Dich auf eine innere Reise ohne Raum und Zeit, frei von Gedanke und mentalen Grenzen. Am Ende des Abends zieht uns der Küchenchef mit seinen kreierten Köstlichkeiten ganz und gar in seinen Bann und wir geniessen ein 6 Gang-Dinner und das Beisammensein.

**Wir verwöhnen Sie zum Preis von chf 690 pro Person im Doppelzimmer mit folgenden Leistungen:**

- Zwei Übernachtungen im Doppelzimmer Nostalchic
- Reichhaltiges Frühstücksbuffet bis 11.00 Uhr
- 6-Gang-Verwöhnmenu innerhalb der Halbpension an beiden Abenden
- Tägliche Yoga-Stunden gemäss Programm unten
- Nutzung der Wellness-Oase BergSpa mit dem grössten Hamam im Alpenraum
- Und vielem, vielem mehr ...

Einzelzimmerzuschlag: Pauschal chf 60.00 pro Person

## **Programm:**

### **Freitag, 10. November 2017**

19.00-20.00 Uhr

Yin Yoga

20.30Uhr

6-Gang-Abendessen innerhalb der Halbpension

### **Samstag, 11. November 2017**

7.30-11.00 Uhr

Reichhaltiges Bündner Frühstücksbuffet / Nutzung der Wellness-Oase BergSpa/Massage

11.00-13.00 Uhr

2h Vinyasa Flow, Meditation

13.00-18.00 Uhr

Nutzung der Wellness-Oase BergSpa/Massage

18.00-19.30 Uhr

Yin Yoga

20.15 Uhr

6-Gang-Abendessen innerhalb der Halbpension

**Sonntag, 12. November 2017**

7.30-11.00 Uhr

Reichhaltiges Bündner Frühstücksbuffet / Nutzung der Wellness-Oase BergSpa/Massage

11.00-13.00 Uhr

Yin Yang Flow, Meditation, Abschluss

13.00Uhr

Individuelle Abreise/ Nutzung der Wellness-Oase BergSpa/Massage

**Information und Anmeldung bis zum 08. Oktober 2017**

**Hier** können Sie sich für das Yoga-Wochenende vom 10. – 12. November 2017 anmelden

Wir freuen uns auf Sie!

Ihr Schweizerhof-Team und Désirée Huber von Yoga-Feel-Free