

Yoga & Sein in der Lenk Lodge

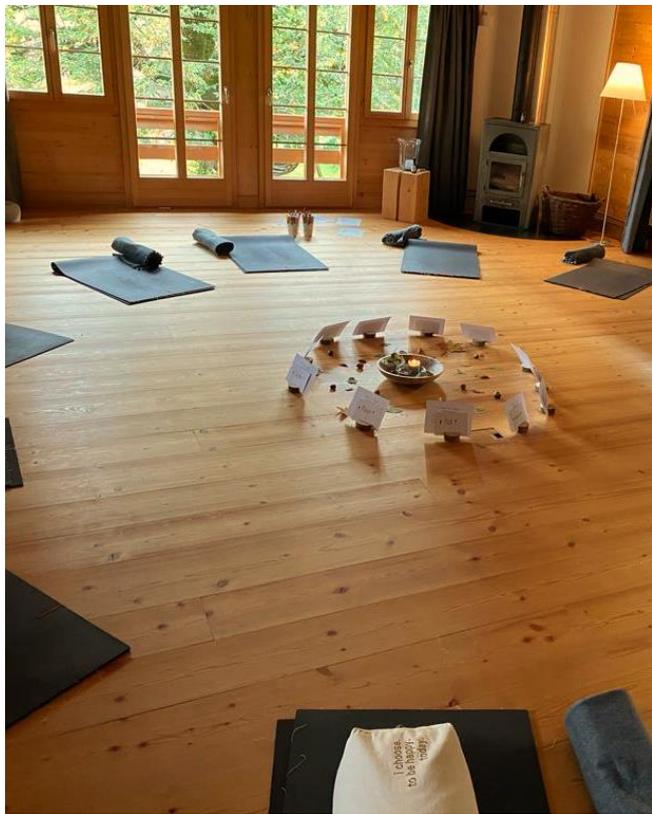
10. - 13. November 2024

14. - 17. November 2024



«Nichts
bringt uns
auf unserem
Weg besser
voran als
eine Pause».

Elizabeth Barrett Browning



Lenk Lodge – ein gemütlicher Rückzugs- & Kraftort im Simmental

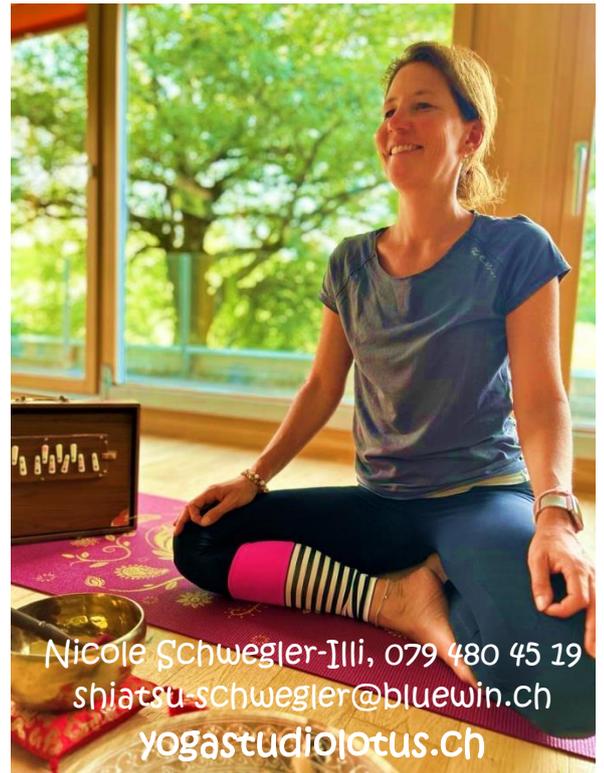
Pause vom Alltag – eintauchen in dein Sein – Yoga und Meditation praktizieren – verwöhnt werden mit liebevoll zubereitetem, regionalem Essen – Zeit – geniessen – SEIN

„Gib dir selbst die Erlaubnis, innezuhalten. Es liegt Heilung und Schönheit in der Pause“.

Michelle Maros

Programm

- Anreise: Sonntag, 10. Nov. resp. Donnerstag, 14. Nov. 2024, 16 Uhr
- Yoga-Praxis und Meditation vor dem Brunch und dem Nachtessen
- dazwischen: Pause für dich – spazieren, lesen, Sauna in der Gondel, ...
- Abschluss: Mittwoch, 13. Nov. resp. Sonntag, 17. Nov. 2024, ab 11 Uhr



Nicole Schwegler-Illi, 079 480 45 19
 shiatsu-schwegler@bluewin.ch
 yogastudiolotus.ch

Kosten

- Doppelzimmer mit eigenem Bad 855.- resp. 975.-*
- Doppelzimmer mit Bad auf Etage 755.- resp. 875.-*
- Zuschlag Einzelbelegung 130.-

* Wochenendtarif der Lenk Lodge

Die Anmeldung ist verbindlich. Die Anmeldebedingungen sind auf der Homepage ersichtlich
 6 Yogaeinheiten und Meditationen, 3 Übernachtungen mit Brunch,
 3 Nachtessen, Zvieri am Nachmittag, Kaffee & Tee am Buffet, ganztätiglich



Zu mir

Menschen begleiten und bewegen als Yoga-Lehrerin, Shiatsu-Therapeutin, Pädagogin, Familienfrau - von Natur aus gwunderig, beweglich und einfühlsam.

