

Yoga der Energie

Yoga-Wochenende im Posthotel Achenkirch
mit Barbara Vecchi, www.yoga-vivere.de
25.-27.10.19



Yoga der Energie ist eine Form des klassischen Hatha-Yoga, angepasst an die Bedürfnisse westlicher Menschen. So ist Yoga für jeden Menschen, unabhängig von Alter und Beweglichkeit, geeignet. Achtsames und individuelles Üben ist eine Qualität dieses Yogastils.

Yoga der Energie führt uns zurück zur besseren Wahrnehmung unseres Körpers, zur Stabilität, in die Balance und erfüllt unser Bedürfnis nach mehr Energie und Lebensfreude.

Yoga der Energie

Yoga-Wochenende im Posthotel Achenkirch

mit Barbara Vecchi, www.yoga-vivere.de

25.–27.10.19

Ablaufplan

1. Yoga Einheit: Fr 17:00 – 18:30 Uhr (90 Min.)

2. Yoga Einheit: So 08:00 – 09:30 Uhr (90 Min.)

3. Yoga Einheit: Fr 17:00 – 18:30 Uhr (90 Min.)

4. Yoga Einheit: So 08:00 – 09:30 Uhr (90 Min.)

Die Unterrichtsstunden basieren auf fließenden Bewegungsabläufen und Haltungen, Pranayama – spezifische Atemtechniken, Meditation und Tiefenentspannung. Barbara Vecchi hat zusätzlich die „Fascial Yoga Practitioner“-Ausbildung bei D. Meinl (Schülerin Dr. Schleip) absolviert.

Preise pro Person für 2 Übernachtungen inkl. Wohlfühlpension

Zimmertyp	DZ-Preis	EZ-Zuschlag	Yoga-Pauschale (4 Einheiten)
Karwendel Zimmer - NATUR	€ 418,-	€ 80,-	€ 100,-
Landhaus Zimmer	€ 472,-	€ 80,-	€ 100,-
Landhaus / Schlössl Suite	€ 558,-	€ 100,-	€ 100,-
Junior Suite	€ 574,-	€ 100,-	€ 100,-
Posthotel SigNature Suite	€ 598,-	€ 520,-	€ 100,-

Alle Preise zuzüglich € 100,- Yoga-Pauschale

Einzeleinheit

Für eine individuelle Einzeleinheit wird € 49,- pro Person und Einheit verrechnet.

Der Betrag ist vor Unterrichtsbeginn in bar zu zahlen.

Inklusivleistungen im Posthotel Achenkirch

- Wohlfühlpension: Frühstücks- und Mittagsjausebuffet, abends 5-Gänge-Gourmet-Menü
- Tirols exklusivste Bade- und Saunalandschaft auf 7.000 m² mit Yin Yang Pool
- Tiefgaragenplatz und Autowaschanlage

Anmeldung

Ihr Platz für das Yoga-Wochenende ist mit der Überweisung der Yoga-Pauschale von € 100,-

gesichert. Bitte überweisen Sie diese mit der Anmeldung im Hotel an: Barbara Vecchi,

VR-Bank Werdenfeld eG, IBAN: DE59 7039 0000 0002 5203 20, BIC: GENO DE F1GAP

Die Pauschale berechtigt die Teilnahme an allen Yoga-Einheiten. Es erfolgt keine Rückerstattung falls einzelne Einheiten nicht wahrgenommen werden. Der Betrag von € 100,- ist vorab auf oben genanntes Konto zu überweisen. Barbara Vecchi übernimmt keine Haftung für auftretende Verletzungen und Schmerzen vor, während oder nach der Yoga-Stunde.

Information und Buchung

POSTHOTEL ACHENKIRCH GMBH, Achenkirch 382, 6215 Achenkirch am Achensee, Tirol, Austria

T +43 5246 6522, info@posthotel.at, www.posthotel.at