

Yoga-Natur-Kunst Tage

Do, 22.08. – So, 25.08.2024

Im wunderschönen Valle Mesolcina möchten wir uns abseits der A13 im Centro Arte in Cabbio eine Pause gönnen. Die Überholspur verlassen, Ankommen, Runterfahren und Auftanken: Während drei Tagen praktizieren wir Yoga, tauchen in die schönsten „Pozzi“ ab, modellieren in Ton - wir schöpfen Kraft für die Rückreise in den Alltag. Wenn in dir der Same der Yogapraxis bereits erwacht ist und du der gestalterischen Muse Frei-Raum geben möchtest, sind dies die passende Voraussetzung für unsere Spätsommertage.

Ort

Centro Arte, Hotel und Seminarhaus, Cabbio (GR)

www.centroarte.ch

Leitung

Orsina Studach, www.yoga-atelier-basel.ch

Annette Sutter, www.cinqcinq.ch

Kosten

Yoga- & Kunstprogramm CHF 350.00

3 Übernachtungen, Halbpension, in CHF EZ 150.00-170.00, DZ 120.00-130.00, MZ 115.00

Zimmer bitte direkt beim Centro Arte buchen: info@centroarte.ch oder 091 830 14 67

Anmeldung

annette.sutter@gmx.ch

Programm

Do, 22.08.24

17:00-18:00 Ankunft, Zimmerbezug

18:15-19:15 gemeinsame Yoga-Einstimmung

19:30 Nachtessen

Fr, 23.08.24

7:30 - 8:30 Yoga

9:00-10:00 Frühstück

10:30 - 16:00 individuelles Kursangebot

17:15 - 18:45 Yoga

19:00 Nachtessen

Sa, 24.08.24

7:30 - 8:30 Yoga

9:00-10:00 Frühstück

10:30 - 16:00 individuelles Kursangebot

17:15 - 18:45 Yoga

19:00 Nachtessen

So, 25.08.24

8:00 - 9:30 Yoga

10:00 11:00 Frühstück

11:30-12:00 Gemeinsame Verabschiedung

