



Saas-Fee

YOGA WEEKS

VOM SA, 20. BIS SO, 28. JUNI 2020

1 – 9 TAGE oder EINZELNE WORKSHOPS BUCHBAR

SAMSTAG

11-13 Welcome Yoga Session in der Natur mit Isa, Sandra & Tiziana

17-19 Sanftes Yoga mit Meditation, dafür mischen wir ein individueller Roll-on aus ätherischen Ölen

SONNTAG

10-13 Yoga-Wanderung für Achtsamkeit & Meditation mit Isa, Sandra & Tiziana

17-18.30 Yin Yoga mit Klang mit Sandra & Marco

MONTAG

8.15-9.30 Yoga Session mit Sandra

16.30-18.30 Coaching Session mit Tiziana

DIENSTAG

8.15-9.30 Yoga Session mit Isa

18.15-19.30 Sanftes Yoga & Pranayama (Atemübungen) mit Tiziana

MITTWOCH

10.30-12.30 Waldbaden mit Kneipp & Meditation mit Tiziana

17-18.15 Yin Yoga mit Isa

DONNERSTAG

8.15-9.30 Yoga Session mit Isa

16.30-18.30 Coaching Session mit Sandra

FREITAG

8.15-9.30 Yoga Session mit Tiziana

17-18.15 Moon Yoga mit Isa

SAMSTAG

10-13 Yoga-Wanderung für Achtsamkeit & Meditation mit Isa & Tiziana

17.45-19 Yin Yoga mit Klang mit Sandra & Marco

SONNTAG

11-13 Bye Bye Yoga in der Natur mit Isa, Sandra & Tiziana

ANMELDUNG:

YOGA HOUSE im Hotel Bristol – Tel +41 78 790 13 98

tizianarossi.ch – Tel +41 79 705 73 83

evolution-retreats.com – Tel +41 79 304 38 12