



SKI, SPA & MOUNTAIN YOGA

Yoga – Meditation – Achtsamkeit – deine persönliche Auszeit am Kronplatz in Südtirol

NATURHOTEL SAALERWIRT - im romantischen Weiler Maria Saalen auf 978 m Meereshöhe bei St. Lorenzen / Bruneck im Pustertal, Südtirol. Das Hotel ist eingebettet in einer unberührten Natur, umgeben von Wiesen und Wäldern. Es ist bekannt für seine ruhige Lage mit außergewöhnlichem Saunahaus und Natur – SPA. In den lichtdurchfluteten Ruhe- sowie Yogabereichen fühlt es sich an, als würde man sich in freier Natur befinden. Gönn deinem Körper & Geist ein paar Tage eine Auszeit und genieße während deiner Yoga- und Meditationspraxis den Blick in die wunderschöne, ruhige Umgebung. Widme die Zeit dem wichtigsten Menschen im Leben, nämlich dir selbst und komme gestärkt nach diesen Tagen wieder zurück in den Alltag. Wenn du neben Yoga & Entspannung noch in den Skigenuss kommen möchtest, so wartet das Skigebiet Kronplatz in nur sechs Kilometer Entfernung auf dich.

Das Retreat findet ab einer Teilnehmerzahl von 8 Personen statt.

TERMIN
23. bis 26. März 2023

INKLUDIERTE LEISTUNGEN YOGAPAKET

- * 4x Yogaeinheit lt. Programm
- * 4x Meditation lt. Programm
- * Stressmanagement
- * Überraschungsgeschenk
- * Reflexionsübungen
- * Ätherische Ölproben

INKLUDIERTE LEISTUNGEN HOTELPAKET

- * 3x Südtiroler Frühstücksbuffet
- * 3x Regionales Abendmenü
- * 3x Übernachtung im DZ
- * Nutzung Natur Wellnessbereich

INVESTION

Yogapaket € 200,--
Hotelpaket ab € 306,--

OPTIONAL

Skipass
Energiebehandlungen

MOUNTAIN YOGA & HEALTH DANIELA GWIGNER, B.A.

Yoga-, Neuromental- und
Achtsamkeitstrainerin

+43/ (0) 664 3528042
www.mountainyoga.co.at

