Yoga & Meer
Grado
06.-08. Oktober 2023

Yoga am Meer mit Flair
Abschied vom Sommer im historischen Zentrum mit Blick aufs Meer

Mit dem Charme der Monarchie und seinem modernen Komfort verwöhnt uns das Grandhotel Astoria im historischen Zentrum mit Blick auf das Meer.

Der großzügige Seminarraum für unsere Yogapraxis ist absolut einmalig. Der Pool am Dach mit Blick auf die Weite des Meeres und den endlosen Sandstrand lassen den Sommer in uns noch einmal aufleben. Hallenbad und Sauna sorgen für unser Wohlbefinden, wenn die Sonne sich hinter den Wolken versteckt. Die romantische Altstadt mit ihren Cafes, Restaurants und Bars freuen sich über unseren Besuch. Bleibt da noch ein Wunsch offen?

TriYoga® mit seinen wellenförmigen Bewegungen der Wirbelsäule im Fluß mit deinem persönlichen Atemrhythmus verbindet dich mit der Weite des Meeres und der Botschaft der Wellen.

Lass es entstehen, dein persönliches FLOWGEFÜHL!

KURSINHALT

6 Stunden Yoga und Pranayama:
Anreise – und Abreisetag: 1,5 Stunden
Samstag: 1,5 Stunden am Morgen, 1,5 Stunden am Abend

Es ist für alle etwas dabei und der Unterricht ist auf Multilevelbasis

UNTERKUNFT
Grand Hotel Astoria
im Zentrum von Grado
www.hotelastoria.it/de

Anmeldung bis 5. September 2023

KOSTEN
€ 210,- Seminarbeitrag
€ 10,- Rabatt für Wiederholer

Unterkunft
€ 80,- pro Nacht im DZ inkl. Frühstück, 2 Personen
€ 70,- pro Nacht im DZ, Einzelnutzung inkl. Frühstück
€ 23,- Zuschlag Halbpension, pro Person/Tag
€ 20,- Garage pro Tag
€ 1,50 Kurtaxe pro Tag

www.weitzendorf.at/grado

Margarete Weitzendorf M +43 676 46 45 360 E margarete@weitzendorf.at W www.weitzendorf.at