

Yoga & Wandern **Schicklberg**

Achleiten, 16.-18. Juni 2023

Neue Wege - neue Gedanken
mit dem Alpenverein in Schicklberg, Oberösterreich

Dieses Jahr führt uns unser traditionelles Yogawanderwochenende in die Berge Oberösterreichs nach Schicklberg in ein Hotel mit dem Komfort von Hallenbad und Sauna.

Helga führt uns wie jedes Jahr auf eine sorgsam vorbereitete Ganztagestour. Ihr Motto „der Weg ist das Ziel“ macht jede Wanderung zum besonderen Erlebnis.

SEMINARINHALT

FREITAG

16.00 Uhr | Seminarbeginn mit einer Begrüßungsrunde
16.30-18.00 Uhr | Yoga und Pranayama

SAMSTAG

Ganztageswanderung
1,5 Stunden Yoga mit dem Schwerpunkt Dehnen und Strecken.

SONNTAG

ca. 2 Stunden Yoga im Freien oder im Seminarraum nach dem Frühstück - Abschlussrunde

ca. 14.00 Uhr Seminarende



UNTERKUNFT

Landhotel Schicklberg
Schicklberg 1
A-4550 Achleiten

www.schicklberg.at

Anmeldung bis 14. Mai 2023

KOSTEN

Kursbeitrag

€ 155,- für Alpenverein-Mitglieder

€ 161,- für „Nicht-Alpenverein-Mitglieder“

€ 200,- pP 2 Nächte im EZ inkl. Halbpension

€ 170,- pP 2 Nächte im DZ inkl. Halbpension

www.weitzendorf.at/schicklberg

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