

LU JONG YOGA – MEDITATION IN BEWEGUNG

Einzigartige, authentische tibetische Bewegungslehre aus dem Himalaya mit den Wurzeln der 5-Elementen Lehre der tibetischen Medizin

Zeit für Dich - lass den Alltag los und sammle neue Energie - meditative, sanfte Bewegungen - bewusstes Atmen - Balance zu körperlicher, mentaler und energetischer Gesundheit – Vitalität, achtsame Wahrnehmung und Klarheit im Alltag werden gestärkt - ein ganzheitliches System



Freitag/Samstag 21./22. Oktober 2022

Pauschalangebot:

- Zimmerbezug ab 14 Uhr
 - Übernachtung im schönen, hellen Einzel-, bzw. Doppelzimmer
 - 3 Std. Lu Jong und Achtsamkeits-Meditation
 - Lu Jong detaillierte Kursunterlagen
 - reichhaltiges Frühstücksbuffet mit vielen regionalen Produkten
 - 3-Gang Abendessen, auch vegetarisch, incl. Mineralwasser beim Abendessen
 - freie Benutzung des Wellness & See Spa mit Panoramahallenbad, incl. Tee und Früchte
 - schöner Yogaraum, Kissen u. Matten vorhanden, mit Aussicht über den Bodensee
 - Samstag nach dem Kurs noch Benutzung Wellness & Spa
 - leihweise Bademantel und Badeslipper
 - incl. MwSt. und Service
- für jedermann/frau, für alle Alters-/Beweglichkeitsstufen, **max. 12 Teilnehmer**

im Wohlfühl-Einzelzimmer , Dusche/WC/pro Pers.

Fr. 320.00

im Wohlfühl-Doppelzimmer, Bad/Dusche/WC/ für 2 Pers.

Fr. 525.00

zugl. gesetzliche Kurtaxe

Verlängerung möglich nach Absprache mit dem Hotel

Anmeldung und Infos:

Jutta Skocic, zertifizierte Lu Jong Lehrerin

juskocic@hotmail.com, Tel. 078 897 68 60

Reservation verbindlich nach Zahlungseingang/Details bei Anmeldung

