



HOTELKRONE

YOGA RETREAT

Atmen. Bewegen. Sein.

DEINE AUSZEIT IN DEN BÜNDER BERGEN

Löse dich vom Anspruch und der Hektik des Alltags. Bewege dich, atme und finde Ruhe und Klarheit.
Lass los, was du nicht mehr brauchst und genieße die Leichtigkeit des Seins.

Dieses Yogaretreat ist für dich - egal ob mit oder ohne Yogaerfahrung. Genieße einige erholsame
Tage im wunderschönen Hotel Krone sowie in der umliegenden kraftgebenden Natur.

Übrigens: In einer Gruppe mit Gleichgesinnten zu üben, gibt Vertrauen und schenkt dir die Freiheit, einfach
so zu sein, wie es dir entspricht.

Wir sind darauf bedacht, dass du dich gut aufgehoben fühlst und die Lektionen auf die Bedürfnisse der
Gruppe abgestimmt sind.

RETREAT-PROGRAMM

DONNERSTAG

individuelle Anreise

bis 18:00 Uhr

Check-in

18:15 Uhr

Info | Kennenlernen | Aperero

19:00 Uhr

vegetarisches Abendessen

20:30 bis 21:00 Uhr

Meditation & Impuls

FREITAG & SAMSTAG

08:00 bis 09:30 Uhr

Wake Up Yoga | Meditation |
Atemübung

Zeit zur freien Verfügung

anschliessend

reichhaltiges Frühstück

17:30 bis 18:30 Uhr

Yin Yoga | Restorativ Yoga

19:00 Uhr

vegetarisches Abendessen

20:30 bis 21:00 Uhr

Meditation & Impuls

SONNTAG

08:00 bis 09:30 Uhr

Meditation | Yoga |
Atemübung | Impuls

anschliessend

reichhaltiges Frühstück

individuelle Abreise

KOSTEN FÜR DAS PROGRAMM

DZ EINZELBELEGUNG
PRO PERSON | HP

DZ DOPPELBELEGUNG
PRO PERSON | HP

Retreat-Preis

CHF 930

CHF 780

Auf Wunsch ist gegen einen Aufpreis auch Vollpension möglich. Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte direkt an das Hotel Krone: info@kronechurwalden.ch oder +41 81 552 57 57

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmer*innen.

Yogamatten und Sitzkissen sind vor Ort vorhanden. Bitte bedenken Sie, für die Yogapraxis bequeme Kleider und Socken mitzubringen.

RETREAT-DATEN

21. bis 24. September 2023

26. bis 29. Oktober 2023

23. bis 26. November 2023



Die Teilnehmerzahl ist beschränkt. Eine rechtzeitige Anmeldung ist daher empfehlenswert. Das Team vom Hotel Krone sowie unsere Yogalehrerin Isabelle Wyss vom YOGAATELIER-SURSEE freuen sich über deine Teilnahme.

Jetzt Retreat buchen: <https://kronechurwalden.ch/packages/#packageadvanced>



Hier findest du alles über Isabelle Wyss und Ihr YOGAATELIER-SURSEE (www.yogaatelier-sursee.ch)



Natürlich. Persönlich. Sportlich.

Hotel Krone Churwalden
Hauptstrasse 155
CH-7075 Churwalden
+41 81 552 57 57
reception@kronechurwalden.ch

Ein Betrieb der AlpinTrend-Gruppe.



kronechurwalden.ch