



Vital Weekend mit Seraina Niggli

Ihre vitalisierende Auszeit soll sich wie Ferien anfühlen. Im „Kraftort“ Wolfensberg, inmitten einer wunderschönen Naturlandschaft, finden Sie die nötige Ruhe und ein einzigartiges Yoga-Erlebnis mit Seraina Niggli. Es erwartet Sie Yoga bei Sonnenaufgang, Silentwalks, Meditationen im Wald, Entspannung in der Sauna & eine pflanzenbasierte kulinarische Reise im Restaurant.

Programm

Freitag, 28. März 2025

Hotel Check-In 15:00 - 16:00 Uhr
Begrüssung 16:15 - 16:30 Uhr
Yoga 16:30 - 18:30 Uhr
Nachtessen 19:00 Uhr

Samstag, 29. März 2025

Wake up 07:00 - 08:00 Uhr
Yoga 08:00 - 09:45 Uhr
Frühstück 10:00 - 11:00 Uhr
Silentwalk 11:30 - 12:30 Uhr
Picnic Lunch 12:30 - 13:30 / 14:00 Uhr
Freizeit & Sauna 13:30 / 14:00 - 17:00 Uhr
Yoga 17:00 - 18:30 Uhr
Nachtessen 19:00 Uhr

Sonntag, 30. März 2025

Wake up 07:00 - 08:00 Uhr
Yoga 08:00 - 09:45 Uhr
Frühstück 10:00 - 11:00 Uhr
Hotel Check-Out 11:30 Uhr

Preise

Earlybird (bis 06. Februar 2025 buchbar)
CHF 690.00 Preis CHF 750.00

im Preis inbegriffen:

- zwei Übernachtungen im Einzelzimmer inkl. Vollpension
- alle Yoga-Lektionen drinnen / draussen
- Silentwalk begleitet
- Healthy Snacks im Saal
- Quellwasser zum Abendessen
- Kaffee & Kuchen am Nachmittag
- Saunagang

Anmeldung

info@wolfensberg.ch
info@seraina-niggli.com

HOTEL RESTAURANT
WOLFENSBURG

9113 Degersheim +41
(0)71 370 02 02
info@wolfensberg.ch
www.wolfensberg.ch

