



Sunrise Yoga & Frühstück im Garten

Starten Sie den Samstagmorgen mit einem erholsamen Yoga-Erlebnis, Sonnenaufgang und einem gesunden Frühstück in unserem Garten.

Das Yoga wird von Domenica von life balance Yoga geleitet. Wir beginnen mit einer Meditation um den Tag zu begrüßen und praktizieren dann achtsame und aktivierende Körper- und Atem-Übungen wie z.B. dem Sonnengruss. Die Yogapraxis wird mit einem entspannenden Klangbad abgeschlossen.

Anschliessend erwartet Sie ein farbenfrohes Frühstück im Garten mit verschiedenen Säften, Smoothies und weiteren gesunden Leckereien.

Preis CHF 75.00

Der Preis beinhaltet 2 Stunden Yoga sowie ein Frühstück mit kalten und warmen Getränken pro Person

- Bitte beachten Sie, dass das Sunrise Yoga bei Schlechtwetter, drinnen stattfindet
- Die Kosten betragen jeweils 75.00 CHF pro Person all inclusive (keine zusätzlichen Kosten)
- Bitte kommen Sie um 05:50 Uhr an und nehmen Sie Ihren Platz ein
- Das Yoga findet auf der grünen Wiese vor dem Hotel Wolfensberg statt
- Eine Teilnahme ist nur mit einer direkten Anmeldung möglich:

info@wolfensberg.ch oder
info@lifebalance-domenica.ch

