7.-11. November 2027 - im Herzen des Tessins

Yoga & Waldbaden Retreat im Tessin

Ankommen - Durchatmen - Aufblühen

Gönn dir eine Auszeit im Herzen des Tessins, wo die leuchtenden Farben des Herbstes und die würzigen Düfte des Waldes, deine Sinne verzaubern!



Ein besonderer Ort

Im Casa Santo Stefano in Miglieglia erwarten dich inspirierende Begegnungen, bereichernde Gespräche und Raum für persönliche Entfaltung.

Anmeldung unter:

info@medical-yoga-spirit.ch



Lass doch einfach mal deine Seele baumeln

Umgeben von goldenen Blättern und wärmenden Sonnenstrahlen verbindet dieses Retreat die kraftvolle Ruhe des Waldes mit der tiefen Erfahrung des Yoga!

Was erwartet dich?

- Tägliche Yogapraxis und Meditationen im bezaubernden Yoga Raum.
- Täglich Waldbaden in den mystischen Tessiner Wäldern.
- Zeit für Regeneration , Stille und Sein.

Warum solltest du dabei sein?

Weil du es wert bist, dir diese Zeit zu schenken für eine ganzheitliche Auszeit für innere Harmonie und Vitalität. Du brauchst dazu keine Vorkenntnisse, sondern lediglich die Offenheit, Yoga-und Waldbaden zu begegnen.
Es wäre uns eine Freude, dich willkommen zu heissen!

Kursleitung



Jeannette Becker

Waldbaden · Gesundheitstrainerin



Monika Neuenschwander-Bombis

Yogalehrerin der Neuen-Zeit

Preise & Anmeldung

Kurskosten

CHF 600.– pro Person
Frühbucherpreis: CHF 550.– bei Anmeldung bis 31.03.2027
Übernachtung und Verpflegung sind nicht inbegriffen

Einzahlung der Kurskosten direkt bei Monika Neuenschwander-Bombis
Twint 079 624 80 12 oder via e-Banking Monika Neuenschwander-Bombis
Raiffeisenbank/ CH77 80 80 8001 1259 8199 3

Du erhälst eine schriftliche Reservationsbestätigung nach Eingang der Kurskosten.
Eine Reise-und Rücktrittsversicherung ist die Sache der Teilnehmenden.

Übernachtung

Preise pro Zimmer und Nacht, exklusive Kurtaxe:

- Einzelzimmer mit Dusche/WC: ab CHF 105.–
- Doppelzimmer mit Dusche/WC: ab CHF 165.–
- Doppelzimmer zur Einzelbelegung: ab CHF 130.–

Verpflegung und Leistungen in der Casa

CHF 186.– pro Person für den Aufenthalt
Inbegriffen sind:

- 4 Yogi-Brunches
- 3 vegetarische Abendessen in der Casa
- Bio-Kaffee und Bio-Tee
- Saisonale Früchte
- Nachmittagssnack
- Gratisparkplatz bei der Monte-Lema-Bahn
- Ticino Ticket zur kostenlosen Nutzung des öffentlichen Verkehrs ab Anreise
- Nicht inbegriffen: Ein Abendessen ausserhalb der Casa



Buchung der Unterkunft

Die Zimmer werden direkt bei der Casa Santo Stefano reserviert:
www.casa-santo-stefano.ch
Telefon 091 609 19 35