

Auftanken im Bündler Bergsommer

23. - 25. 8. 2019

Kleine Auszeit
Grosse Wirkung

STEFANIE AMREIN

YOGA

Freude am Entdecken

Flims-Waldhaus liegt auf einer nach Süden ausgerichteten Terrasse am Eingang des Vorderrheintals, der Surselva.

Das stilvolle Hotel Schweizerhof bietet mit seinem modernen, grossen Yogaraum, dem Belle Epoque-Restaurant und der Jugendstil-Veranda den perfekten Rahmen für ein stimmiges Yoga-Wochenende.

Mehrere Wanderwege starten gleich neben dem Hotel. Der grosszügige, hoteleigene Wellnessbereich und die vielen Ruheorte lassen Dich die Welt rundum vergessen.

HOTEL SCHWEIZERHOF
FLIMS-WALDHAUS

YOGA WOCHENENDE

23. - 25. 8. 2019

„Stefanie hat eine ganz besondere Art, den Yoga zu vermitteln. Schwierige Übungen werden stufenweise aufgebaut, so dass ich meine Grenzen wahrnehmen und daran arbeiten kann. Sie gibt klare und präzise Anweisungen und weiss genau, wann ich Unterstützung oder eine Korrektur brauche.“ - Ursula B.

Freitag 17 - 18.30 h
Samstag 07 - 10 h, 16 - 18.30 h
Sonntag 07 - 10 h

Bitte reserviere Deine Teilnahme direkt:
me@stefanieamrein.com

Kosten bis 15. 7. 2019 SFr 200.-, danach SFr 240.-



[stefanieamrein yoga](https://www.facebook.com/stefanieamrein yoga)



Certified Iyengar Yoga
Teacher since 2003

UNTERKUNFT

Zwei Nächte mit HP ab ca. SFr. 350.- pro Person.
Bitte reserviere Dein Zimmer direkt:

info@schweizerhof-flims.ch, Tel. +41 81 928 10 10

Anreise mit dem öffentlichen Verkehr über Chur bis „Flims Waldhaus, Caumasee“. Das Hotel verfügt über Parkplätze.

„Man muss sich nur mit Interesse, Achtsamkeit, Humor, Neugierde und Liebe auf Menschen und ihre Individualität einlassen“. Diese Leidenschaft lebt die Hotelier-Familie Schmid auch nach über 100 Jahren.

SCHWEIZERHOF **FLIMS**
ROMANTIK HOTEL SEIT 1903

www.schweizerhof-flims.ch

Melde Dich an zum

YOGA-WOCHENENDE

23. - 25. 8. 2019

.....
Name / Vorname / Geburtsdatum

.....
Straße / PLZ / Ort

.....
Email / Telefon

.....
Yogatradition / Übungspraxis seit, Spezielles

.....
Ort / Datum / Unterschrift

Ich bestätige die Richtigkeit der Angaben und akzeptiere die unten stehende Teilnahme- und Rücktrittsbestimmung.

YOGA MIT STEFANIE AMREIN

Kosten Yoga bis 15. 7. 2019 SFr 200.-, danach SFr 240.-

me@stefanieamrein.com • Konto Stefanie Amrein YOGA • PC 70-1960-4 • Raiffeisenbank Bündner Rheintal •
7302 Landquart • CH27 8104 5000 0052 7077 6 • Stefanie Amrein • 5415 Nussbaumen

Die Reservierung erfolgt nach dem ‚first come - first serve‘ Prinzip. Deine Teilnahme ist mit dem Eingang der Zahlung bestätigt. Das Wochenende kann von lokalen Einwohnern auch ohne Zimmer-Reservation besucht werden. Bitte sprech mich darauf an. Dieses Yoga-Wochenende ist keine Pauschalreise, Unterkunft und zusätzliche Kosten sind nicht in den Kosten für den Yoga inbegriffen.

Unterkunft im Hotel Schweizerhof, Waldhaus-Flims

Buche Dein Zimmer direkt beim Hotel Schweizerhof: www.schweizerhof-flims.ch / info@schweizerhof-flims.ch.
Auf allfällige Allergien oder spezifische Wünsche geht das Hotel bei Vorinformation bestmöglich ein.

Rücktrittsbestimmung Yoga

Bei Stornierung bis 14 Tage vor Seminarbeginn werden 50% der Gebühr einbehalten, ab dem 13. Tag / bei Nichterscheinen ist keine Erstattung mehr möglich. Die Umbuchung auf einen anderen Namen ist bis 7 Tage vor Beginn kostenfrei, anschliessend wird ein Unkostenbeitrag von SFr. 50.- einbehalten. Sollten sich weniger als sechs Personen bis 15. 7. 2019 angemeldet haben, behalte ich mir vor, das Wochenende abzusagen.

Die maximale Teilnehmerzahl ist 12.

Der Abschluss einer Reise-Versicherung ist günstig und bei möglichen Noffällen eine Erleichterung.