

## Therme 51° Yoga - Weekend in Leukerbad

### Yoga und Aquayoga in Leukerbad mit Akhanda Yoga Schweiz

Von Freitag, 4. bis Sonntag 6. Mai 2018 im Hotel Therme 51° (max. 12 Teilnehmer)

Insgesamt: Fr. 372.- im Einzelzimmer und Fr. 352.-im Doppelzimmer, Einschreibgebühr: Fr. 150.- (entspricht Kosten bei Annullation)

#### Inbegriffen:

2 Übernachtungen mit Halbpension (auch vegetarisch)

Freier Eintritt in das hoteleigene Thermalbad (37°) mit Sauna, Dampfbad, Infrarotkabine, Kneippanlage und Aussenwhirlpool und Ruheraum

4 Yogastunden Hatha à 90 Minuten, Aquayoga à 45 Minuten

Einschreibschluss: 27. April 2018 info@akhandayoga.ch, Tel. +41 (0)26 534 13 05

#### Nicht inbegriffen:

##### Getränke, Trinkgelder

therme51.ch informiert Sie über Massage, Kosmetik - oder Wellnessbehandlungen

Bitte direkt beim Hotel buchen und zusammen mit der Hotelrechnung begleichen: Telefon 027 472 21 00

#### Programm

|                 |                |  |
|-----------------|----------------|--|
| <b>Freitag:</b> | ab 14 Uhr      | Zimmer verfügbar   |
|                 | 18.30 Uhr      | Willkommen an der Hotelrezeption (Gebäude Schwimmbad)                          |
|                 | 18.45 Uhr      | gemeinsames Abendessen   |
|                 | 20 - 21.30 Uhr | Hatha Yoga sanft   |
| <b>Samstag:</b> | 8 - 9.30 Uhr   | Hatha Yoga traditionell  |
|                 | 9.45 Uhr       | Frühstücksbuffet   |
|                 | 10 - 17 Uhr    | Freizeit: Ski, Langlaufen, Thermalbaden oder Ruhe. In der Gruppe oder einzeln. |
|                 | 17 - 18.30 Uhr | Hatha Yoga sanft   |
|                 | 18.45 Uhr      | gemeinsames Abendessen   |
|                 | 20- 21.30 Uhr  | Themenabend: Vortrag und Gedankenaustausch                                     |
| <b>Sonntag:</b> | 8 - 9.30 Uhr   | Hatha Yoga traditionell  |
|                 | 10 - 11 Uhr    | Frühstücksbuffet, danach Zimmer räumen und Check-out                           |
|                 | 13.30 - 14.15  | Aquayoga (auch offen für andere Hotelgäste)                                    |
|                 |                | <b>Programmende</b>  |

## Therme 51° weekend de yoga à Loèche-les-Bains

### Hatha yoga et aqua yoga à Loèche-les Bains avec Akhanda yoga Suisse

Du vendredi 4 au dimanche 6 mai 2018 à l' Hôtel Therme 51°(max. 12 participants, selon l'ordre d'inscription)

Côût tout compris : Fr. 372.- en chambre individuelle ou Fr. 352.- en chambre double, Frais d'inscription : Fr. 150.- correspondant aux frais d'annulation

#### Le forfait comprend:

2 nuits avec demi-pension (aussi végétarien)

Entrée libre au spa de l'hôtel avec bain de vapeur, sauna, cabine infrarouge, jacuzzi extérieur, circuit d'hydrothérapie selon Kneipp, salle de repos et piscine thermale 37°

4 cours de yoga hatha à 90 minutes, Aqua yoga à 45 minutes

Délai d'inscription : 27 avril 2018 info@akhandayoga.ch, tél. +41 (0)26 534 13 05

#### Hors forfait:

##### Boissons, pourboires

therme51.ch vous informera sur les possibilités de massages, esthéticienne etc.

Réservation et paiement de ces services hors forfait directement à l'hôtel, téléphone 027 472 21 00

#### Programme

|                  |               |  |
|------------------|---------------|--|
| <b>Vendredi:</b> | dès 14h       | Chambres disponibles   |
|                  | 18h30         | RDV et bienvenue à la réception de l'hôtel (bâtiment piscine)              |
|                  | 18h45         | Repas en commun  |
|                  | 20h00 - 21h30 | Hatha Yoga doux  |
| <b>Samedi:</b>   | 8 - 9h30      | Hatha Yoga traditionnel  |
|                  | 9h45          | Buffet petit déjeuner  |
|                  | 10 - 17 h     | Libre choix : Promenade, ski, bains thermaux ou repos. En groupe ou indiv. |
|                  | 17 - 18h30    | Hatha Yoga traditionnel  |
|                  | 18h45         | Repas en commun  |
|                  | 20 - 21h30    | Soirée thématique et discussion  |
| <b>Dimanche:</b> | 8 - 9h30      | Hatha Yoga traditionnel  |
|                  | 10 - 11 h     | Petit déjeuner, ensuite libérer les chambres                               |
|                  | 13h30 - 14h15 | Aqua yoga (le cours est aussi ouvert aux autres résidents de l'hôtel)      |
|                  |               | <b>Fin de programme</b>  |