

Iyengar-Yoga Winterwochenende im Wallis vom 16. – 19. Januar 2025



Anreise: Donnerstag, 16.1.25, 14.30 Uhr

Abreise: Sonntag, 19.1.25, nach dem Mittagessen

Preise: Einzelzimmer CHF 552.-- / Doppelzimmer CHF 446.-- / Mehrbettzimmer 3 oder 4 Personen CHF 380.--.
Kurskosten: CHF 375.--

Inbegriffen im Hotelpreis sind die Übernachtungen inkl. Kurtaxen, Pause mit Chai, Tee, Kaffee, Biscuits und Früchten, vegetarisches Mittag- und Abendessen inklusive Kaffee/Tee nach dem Essen, Früchte und Kaffee/Tee durch den Tag.

Die Toiletten und Duschen befinden sich im Gang.

Adresse: Hotel-Pension Beau-Site, Chemin du Mont 13, 1927 Chemin sur Martigny, www.chemin.ch.

Anmeldung: per Mail an: brigitte.boegli@iyengar-yoga-bern.ch. Die Kursplätze und Zimmer werden nach Datum der Anmeldung vergeben. Beschränkte Anzahl Einzelzimmer. **Anmeldeschluss: 24. Oktober 2024**

Die Anmeldung ist verbindlich. Bei Abmeldungen erfolgt keine Rückerstattung der Kosten, es sei denn, es wird ein Ersatz angemeldet.

Haftung: Der Abschluss einer Unfall- sowie einer Annullationsversicherung ist Sache der Teilnehmer*innen

Das **Hotel Beau-Site** ist eine Oase der Ruhe. Das schöne Seminarhaus mit dem grossen, lichtdurchfluteten Yogaraum, die wunderschöne Aussicht sowie die herzlichen Gastgeber bieten uns den idealen Ort für eine Auszeit.

Kursleitung: Brigitte Bögli ist seit 1996 dipl. Iyengar-Yogalehrerin und hat ihre Ausbildung bei Corine und Faeq Biria im Centre de Yoga Iyengar in Paris absolviert. Sie unterrichtet in Bern.

Voraussichtlicher Tagesablauf:

Donnerstag:

14.30h	Ankunft und Zimmerbezug
16.00 – 18.00h	Asanas
18.45h	Abendessen Buffet

Freitag und Samstag:

07.30 – 08.55h	Meditation und Pranayama
09.00h	Chaipause
10.00 – 12.00h	Asanas
12.30h	Mittagessen Buffet
16.00-18.00h	Asanas
18.45h	Abendessen Buffet

Sonntag:

07.30 – 08.55h	Meditation und Pranayama
09.00h	Chaipause
10.00 – 12.00h	Asanas
12.30h	Mittagessen Buffet
Abreise	