

✿ KRAFT SCHÖPFEN ✿  
✿ ENERGIE TANKEN ✿  
✿ DIR SELBST BEACHTUNG SCHENKEN ✿

# YOGA & WANDERN

15.08.- 18.08.  
2024



## Preis:

€437 im Doppelzimmer  
€ 30 EZ-Zuschlag

**3 Nächte inkl.  
Halbpension,  
6 Yogaeinheiten,  
zwei persönlich geführte  
Wanderungen**

**Pension Gruber  
Am Sand 13  
5573 Weißpriach**

**Anmeldung:  
Regina Gruber  
gruber@weisspriach.com  
mobil:+43 664 520 38 95**

## Tagesablauf

### Donnerstag:

15.00-16.00: Ankommen, Kennenlernen  
16.30-18.00: Bewegt und gedehnt in den Abend  
19.00: Vegetarisches Wohlfühlmenü

### Freitag und Samstag:

07.30-09.00: Kraftvolle dynamische Yogaeinheit  
begleitet mit Atemübungen  
09.00-10.00: Vitales Genießerfrühstück  
Wanderung  
Zeit zur freien Verfügung ev. Behandlung  
16.30-18.00: slow Yoga  
19.00: Vegetarisches Wohlfühlmenü

### Sonntag:

07.30-09.00: Flow & Grow  
09.00-10.00: Vitales Genießer-Frühstück  
gemütlicher Ausklang, individuelle Abreise