

yoga retreat novaggio ticino



april

yoga retreat fröhling
im tessin
mit nadja berger
3.–7. april 2024

ort
Casa Corvo & Casa Volpe 1&2
Novaggio – Ticino
www.casacorvo.ch

programm

Den Morgen werden wir im Schweigen verbringen
bis nach der Yogapraxis.

mittwoch 3. april

Anreise individuell
ab 15.00 Zimmerbezug
17.00–18.30 Yogapraxis
19.00 Abendessen
20.30 Meditation

donnerstag – samstag 4.–6. april

8.15–8.45 Meditation freiwillig
9.00–10.15 Yogapraxis
10.30 Brunch

Freie Zeit zum Geniessen.

17.00–18.30 Yogapraxis
19.00 Abendessen
20.30 Thai-Yoga-Massage/
Mantrasingen

sonntag 7. april

8.15–8.45 Meditation freiwillig
9.00–10.15 Yogapraxis
10.30 Brunch
individuelle Abreise

Kleine Programmänderungen vorbehalten.

*Nach Frühling dürstet meine Seele
Sie möchte fliegen mit dem Sinn
Wie Knospen neue Orte sehen
Und blühen bis zum Himmel hin.*

Monika Minder

Wir werden uns Zeit nehmen,
Körper, Geist und Seele zu
reinigen. Werden uns mit dem
Hüllensystem befassen. Uns
auf allen Ebenen vorbereiten
für den Frühling. Das gesunde,
ausgewogene, vegetarische
Essen, die Frische und Weite
des wunderbaren Malcantone,
lange Spaziergänge, die Zeit
der Stille und die stärkende
Yogapraxis werden uns unter-
stützen, unserer inneren Kraft
zu begegnen.

preise

Einzelzimmer CHF 1170.–
Doppelzimmer CHF 882.–
Dreierzimmer CHF 786.–

Im Preis sind inbegriffen:
Übernachtung, Brunch,
Abendessen, Tee, Früchte.
Alle Yogaeinheiten und
Programm. Benützung der
Yogamatten und Hilfsmittel
(Meditationskissen, Decken,
Blöcke). Benützung von
Garten, Loggia und Gemein-
schaftsräumen. Kurtaxe.

Nicht eingeschlossen sind:
Massagen (sind im Voraus
zu buchen, CHF 100.– für
60 Minuten). Benützung der
Sauna (CHF 25.– pro Nutzung
und Person, ab der 4. Person
gratis).

anmeldung

nadja.berger@gmx.net
079 678 30 19
www.yogakreutzberg.ch