

Yoga Retreat in den Bergen

07.10 bis 11.10. 2020

Im Bio-Hotel Grafenast bei Innsbruck auf 1.300m Höhe



Das schönste in Grafenast ist der atemberaubende Weitblick über das Inntal.

Verwurzelt in der unmittelbaren Schönheit der Natur mit Wanderwegen ab Haustüre, der Bio-Naturküche mit Schätzen aus dem Hausgarten und der einmaligen Jurtensauna mitten im Wald, werden wir uns mit wärmenden Yogaeinheiten, Pranayama und Meditation für die kalte Jahreszeit stärken und nähren.



Leitung: Silvia Bratenstein

Kosten:

Unterkunft im DZ mit Bio-Verpflegung, Frühstücksbuffet, Mittagssnack und 4-5 Gänge Wahlmenü am Abend, Grandeur Wasser und hauseigener Tee in der Kräuterstube den ganzen Tag, Panorama SPA, € 460,- im EZ € 520,-
Tägliche Yogapraxis : € 330,- (Frühbucher bis 31.3.2020: € 290,-)