



YOGA
IM PRATER.AT

weissensee.yogaimprater.at



YOGA AM WEISSENSEE

Luxus & Entspannung für die Seele - exklusiv für Frauen.



YOGA AM WEISSENSEE

Luxus und Entspannung für die Seele mit Daniela & Marianne



weissensee.yogaimprater.at

Yogaurlaub - exklusiv für Frauen, mit Yogatrainerin & Klangtherapeutin Daniela & Organisatorin Marianne

- Aktivierung am Morgen und Tiefenentspannung mit Live-Klängen am Abend
- Ideale Natur-Umgebung für Klarheit, Wohlgefühl & Entschleunigung
- See-Spa mit zwei Saunen (Finnische Sauna & Biosauna), luxuriösen Ruhebereichen und Massageangebot direkt am ruhigen Weissensee der zum Sprung ins glasklare Wasser einlädt

Termin:

Mittwoch 30.09.2020 bis Sonntag, 04.10.2020

Anreise auch noch am Donnerstag möglich

Ankunftstag ab 10 Uhr Sauna/Spa-Nutzung möglich, Zimmergarantie ab 14 Uhr

Donnerstag, 16 Uhr erste gemeinsame Yogaeinheit, 8 Uhr offene Yogaeinheit für alle die da sind

Sonntag, 10:30 Programmende, 12:00 Check out, bis 17:00 Sauna/Spa-Nutzung möglich

Wo Strandhotel am Weissensee****s

Adresse: Neusach 18, 9762 Weissensee/Kärnten

Teilnehmerzahl maximal 12 weibliche Teilnehmer – keine Yoga-Vorkenntnisse notwendig

Preis

Yoga & Klang: € 220,- (€ 189,- Frühbucher bis 30.06.2020)

Unterkunft & Kulinarik im Strandhotel am Weissensee: € 110,88,- pro Person/Nacht auf Basis

Doppelzimmer (Einzelzimmer € 128,48,-/Nacht) zzgl. Ortstaxe und Mobilitätsabgabe (€ 3,40)

Im Hotelpreis enthalten

- Entspannte Nachtruhe in exklusiven elektrosmogfreien Wohlfühlzimmern
- Kulinarische Genüsse (Morgentee, Frühstück, Nachmittagstee, vegetarisches/veganes Abendessen in 4 Gängen im Restaurant des Hotels)
- Badekorb pro Teilnehmerin mit Bademantel, Handtücher & Slipper
- Sauna täglich von 10-20 Uhr im See-Spa
- 25% Rabatt auf eine Behandlung im See-Spa
- Abholung vom Bahnhof Greifenburg oder gratis Parkplatz gegenüber vom Hotel

Buchung Yoga & Klang bei Marianne unter mail@yogaimprater.at

Buchung Hotel nach Fixierung des Yogaplatzes direkt mit dem Hotel - das Zimmerkontingent ist für die Anzahl der Yogaplätze reserviert

Anreise mit der Bahn: nach Bahnhof Greifenburg am Weissensee

Abholung vom Bahnhof Greifenburg gratis durch den Hotelshuttle

Highlights

- Tief eintauchen in den eigenen Körper, sich selbst spüren durch heilsame, meditative Klänge & Gesang von Daniela
- Genieße intensive Yin Yoga Einheiten, Impulse & Austausch
- Alle Sinne verwöhnen lassen: Von der Natur, Stille und Klarheit der Umgebung bis hin zum kulinarischen Genuss der vegetarisch-vegane Naturküche im Restaurant des Strandhotels am Weissensee

GEPLANTES PROGRAMM*



weissensee.yogaimprater.at

Mittwoch

Anreise der „ich gönne mir einen Tag mehr“-Bucher
18:30 – 20:30 Abendessen in 4-Gängen an der gemeinsamen Tafel

Donnerstag

Ab 7:30 Guten Morgen Tee
08:00 – 09:30 Geführte Anfangsentspannung & aktivierendes Yoga
offene Einheit für alle die schon da sind
09:30 – 10:30 Kulinarischer Frühstücksgenuss
16:00 – 17:00 Gemeinsames Ankommen & Begrüßung mit Pranayama (Atemübungen für Körper & Geist)
Teepause
17:15 - 18:30 Yin Yoga & Klang – sanfte, entspannende Einheit begleitet von Live-Klängen mit Instrumenten und Gesang
18:30 – 20:30 Abendessen in 4-Gängen an der gemeinsamen Tafel
OPTIONALES ANGEBOT VOM HOTEL
19:30 – 22:00 *Late-Spa bei Vollmond in der Seesauna
Fingerfood & Lagerfeuerromantik, Aufgüsse mit biologischen,
selbstangesezten Kräuternl, 15 Euro/begrenzte Teilnehmerzahl*

Freitag

Ab 07:30 Guten Morgen Tee
08:00 – 09:30 Aktivierendes Yoga am Morgen
09:30 – 10:30 Kulinarischer Frühstücksgenuss und danach „Zeit für Dich“
OPTIONALES ANGEBOT VOM HOTEL
12:00 - 15:00 *Vegan Kochen in Theorie und Praxis, gemeinsam mit Küchenchef Andreas Leib
sammeln wir fröhliche Inspirationen für den Alltag sowie Tipps und Tricks für
daheim.
29 Euro/findet ab 5 Teilnehmern statt*
17:00 - 18:30 Mantra & Klang
18:30 – 20:30 Abendessen in 4-Gängen an der gemeinsamen Tafel
20:30 - 22:00 Exklusive Öffnung der Sauna & Seespa für die Yogagruppe
21:30 - 22:00 Meditative, tiefenentspannende Klangreise als Schlafvorbereitung im SeeSpa

Samstag

Ab 07:30 Guten Morgen Tee
08:00 – 09:30 Pranayama am See-Floss & Aktivierendes Yoga am Morgen
09:30 – 10:30 Kulinarischer Frühstücksgenuss
16:00 - 17:00 Gehmeditation
17:30 – 18:30 Yin Yoga begleitet von Live-Klängen mit Instrumenten und Gesang
18:30 – 20:30 Abendessen in 4-Gängen an der gemeinsamen Tafel

Sonntag

Ab 07:30 Guten Morgen Tee
08:00 – 09:30 Aktivierendes Yoga am Morgen & Abschlussrunde
09:30 – 10:30 Kulinarischer Frühstücksgenuss
bis 12:00 Check out
bis 17:00 Nutzung See-Spa & Sauna möglich

*Programmänderungen vorbehalten