

Yoga-Tage in der Villa Unspunnen, Wilderswil (BE)

29. September - 3. Oktober 2010

In einer wunderschönen Landschaft, umgeben von Eiger, Mönch und Jungfrau, Zeit nehmen für Yoga und sich selber...

Beginn: Mittwochabend, 29. September 18.30 Uhr mit dem Abendessen

Ende: Sonntag, 3. Oktober nach dem Mittagessen

Es ist möglich auch nur an einem Teil des Kurses teilzunehmen.

Tagesprogramm:

07.00 - 08.30 Uhr	Meditation & Pranayama
08.30 - 09.30 Uhr	Pause / Frühstück
09.30 - 12.00 Uhr	Asanas
13.00 Uhr	Mittagessen
17.00 - 18.30 Uhr	Meditation / Pranayama / Asanas / Philosophie
19.00 Uhr	Abendessen



Kosten:

Yogakurs 4 Tage, inkl. Raummiete CHF 400.- / pro Tag CHF 100.-

Übernachtung jeweils pro Person / Nacht zuzüglich Kurtaxe

1er-Zimmer (limitiert)
2er-Zimmer
3er-Zimmer
6er -Zimmer

Vollpension
CHF 135.-
CHF 120.-
CHF 110.-
CHF 95.-

Bezahlung: Kursgeld bis spätestens Ende August 10 auf folgendes Konto einzahlen:
ZKB, 8010 Zürich, z.G. Nadja Hediger, IBAN CH15 0070 0112 6000 7331 3, 80-151-4
mit Vermerk: Yoga-Tage Unspunnen

Übernachtungen bitte direkt in der Villa Unspunnen buchen und bezahlen.
Telefon 033 821 04 44 oder Email info@villaunspunnen.ch
Bei Buchung „nandalayoga“ als Referenz angeben.

Anreise: Mit dem Zug: Wilderswil erreichst du von Interlaken Bahnhof West mit einem Taxi (Gratisnummer 0800220088) oder mit dem Bus Wilderswil / Gsteigwiler Nummer 5 (Station Wilderswil Dorf).
Mit dem Auto fährst du auf der Autobahn von Bern Richtung Interlaken: Ausfahrt Wilderswil. In Wilderswil nach dem Bahnhof rechts, dem Wegweiser "Dorf" folgend. Gerade aus über eine kleine Kreuzung bis zum Wegweiser "Villa Unspunnen".

Mitbringen: Eigene Yogamatte

Untenstehende Anmeldung bitte ausfüllen und senden an: nandalayoga, Nadja Hediger & Daniela Fürst, Klingenstrasse 42, 8005 Zürich, oder persönlich abgeben.

Verbindliche Anmeldung bis spätestens: 28. Juni 2010

Die Anmeldung ist verbindlich und dein Platz ist damit gebucht.

Verbindliche Anmeldung Yoga-Tage Villa Unspunnen 29.9. - 3.10. 2010

Name

Vorname

Adresse

Telefon

Mail

Teilnahme ganzer Yoga-Kurs

Teilnahme von

bis

Mein Zimmer in der Villa Unspunnen reserviere ich selber und bezahle den Yogakursbetrag bis spätestens Ende August 2010 ein!

Datum

Unterschrift