



ANMELDUNG

YOGA & Berge im Biohotel Rupertus/Salzburger Land vom 17.10. bis 20.10.2024

Kosten

Yoga: 275 Euro

Hotel: ab 567 Euro*

(*pro Person/3 Nächte inkl. Übernachtung und ¼ Bio-Verwöhpension,
großzügiger Wellnesslandschaft mit Alpen-Spa, Infinity Indoor- & Outdoorpool, Bio-Garten)

Zimmerbuchung direkt bei:

Biohotel Rupertus

Hütten 40

5771 Leogang / Salzburg / Österreich

Tel: +43 6583 8466

info@rupertus.at

www.rupertus.at

Anmeldung

Vor- und Nachname: _____

Geburtsdatum: _____

Anschrift: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Ggf. körperliche Einschränkungen: _____

Yoga-Erfahrung: _____

Das Anmeldeformular bitte ausgefüllt und unterschrieben an info@abenteuryoga.de schicken.

Die Anmeldung zum Yogaseminar wird gültig mit der Überweisung der **Zahlung von 275 Euro innerhalb einer Woche nach Anmeldung** auf folgendes Konto:

Gudrun Zandt

IBAN DE22 7004 0048 0764 4131 00 BIC COBADEFFXXX – Commerzbank Dachau

Verwendungszweck:

Yoga & Berge im Biohotel Rupertus 2024

Stornobedingungen

Bei Stornierung der Anmeldung bis zu 30 Tagen vor Kursbeginn werden 85 % der geleisteten Zahlung zurückerstattet. Bei kurzfristigerer Stornierung kann die Vorauszahlung nicht erstattet werden.

Es wird der Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung empfohlen (bei Reisen ins Ausland der Abschluss einer Auslandsreisekrankenversicherung).

Unser Programm

Anreise ist am Donnerstag, 17.10.2024/Abreise am 20.10.2024

Das Yogaseminar beginnt am Donnerstag, 17.10.2024 um 17.00 Uhr und endet am Sonntag, 20.10.2024 gegen 9.30 Uhr.

Ideal ist es, vor den Mahlzeiten zu üben. Deshalb beginnen wir morgens mit der Praxis und frühstücken anschließend ausgiebig. Am späten Nachmittag üben wir dann noch einmal, vor dem Abendessen.

Leogang und die Umgebung bietet viele Freizeitmöglichkeiten. Meine Idee ist, dass wir zwischen den Yogaeinheiten gemeinsam wandernd oder spazierend die Umgebung, die Berge kennenlernen. Um uns das Leben leichter zu machen und schneller in höhere Lagen zu kommen, kann es sein, dass wir mal eine Bergbahn nutzen (auf eigene Kosten). Hier kann man bleiben und die Aussicht genießen oder mit mir weiterwandern. Alles selbstverständlich freiwillig und kein fixer Programmpunkt. Oder du genießt die Zeit zwischen den Yogaeinheiten und nutzt die Zeit für dich und das, was dir Spaß macht. Im Hotel erwartet dich eine großzügige Wellnesslandschaft, ein nachhaltiger DaySpa, Bio-Garten und ein Infinity Indoor- & Outdoorpool. Hier kannst du sehr gut mal alle 5e gerade sein und die Seele baumeln lassen.

Kleingedrucktes

Die Teilnahme findet auf eigene Verantwortung statt. Bei allen Kursen und Seminaren wird normale psychische und physische Belastbarkeit vorausgesetzt. Bei akuten körperlichen oder psychischen Problemen sollte vorher mit einem Arzt abgeklärt werden, ob die Teilnahme an Yogastunden sinnvoll ist. Die Teilnahme erfolgt unter Ausschluss jeglicher Haftung.

Ich nehme verbindlich teil:

Ort, Datum: _____

Unterschrift: _____

Ablaufplan*:

17.10.	Individuelle Anreise 17.00 bis 18.30 Uhr Welcome Yoga
18.10.	07.30 bis 09.00 Uhr Vinyasa flow Yoga Wanderung/Spaziergang 17.00 bis 18.30 Uhr Yin Yoga
19.10.	07.30 bis 09.00 Uhr Vinyasa flow Yoga Wanderung/Spaziergang 17.00 bis 18.30 Uhr Meditation / Yoga Nidra
20.10.	08.00 bis 09.30 Uhr Yoga Individuelle Abreise

*ggf. sind Änderungen im Ablauf möglich