



ANMELDUNG

YOGA & Berge im Gradonna Mountain Resort Osttirol vom 01.07. bis 05.07.2026

Kosten

Yoga: 389 Euro inkl. 19 % MwSt.

Hotel: 624,60 Euro

Übernachtung im Chalet Klassik

pro Chalet Klassik 3 Doppelzimmer und 2 Bäder

Einzelzimmer mit Doppelbett

Einzelzimmerzuschlag wird nicht berechnet

(Preise pro Person/4 Nächte Package inkl. Übernachtung, reichhaltiges

Frühstücksbuffet, Nachmittagssnack, 5-Gänge-Gourmetmenü am Abend, Spa-

Benutzung, sowie von Fitness- und Boulderräumen)

Zimmerbuchung direkt bei:

Gradonna Mountain Resort ****S

A-9981 Kals am Großglockner

Tel: +43 4876 82000

info@gradonna.at

www.gradonna.at

Anmeldung

Vor- und Nachname: _____

Geburtsdatum: _____

Anschrift: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Ggf. körperliche Einschränkungen: _____

Yoga-Erfahrung: _____

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

Die Anmeldung zum Yogaseminar wird gültig mit der Überweisung der **Zahlung von 389 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 Gradonna Mountain Resort am Großglockner 2026

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 Mittwoch, 01.07.2026 / Abreise am 05.07.2026

Das Yogaseminar beginnt am Mittwoch, 01.07.2026 um 17.00 Uhr und endet am 05.07.2026 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.

Kals am Großglockner und die Umgebung bietet unendlich viele Freizeitmöglichkeiten. Meine Idee ist, dass wir zwischen den Yogaeinheiten gemeinsam wandernd oder spazierengehend die Umgebung und 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 was dir Spaß macht. Das Hotel hat einen wunderschönen und großen Spa-Bereich, hier kannst du auch 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*:

01.07.	Individuelle Anreise 17.00 bis 18.30 Uhr Welcome Yoga
02.07.	07.30 bis 09.00 Uhr Good mood morning flow Yoga Ab 10.30 Uhr Wandern/Spazieren 17.00 bis 18.30 Uhr Yin Yoga
03.07.	07.30 bis 09.00 Uhr Good mood morning flow Yoga Ab 10.00 Uhr Wandern/Spazieren 17.00 bis 18.00 Uhr Meditation
04.07.	07.30 bis 09.00 Uhr Good mood morning flow Yoga Ab 10.30 Uhr Wandern/Spazieren 17.30 bis 18.30 Uhr Moon flow
05.07.	08.00 bis 09.30 Uhr Good mood morning flow Yoga Individuelle Abreise

*ggf. sind Änderungen im Ablauf möglich