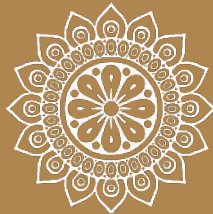




Biken – Yoga – Wandern – Massage

...ein paar Tage geniessen in der
schönen Surselva



mit Christa & Thomas

Wann?

29. August bis
1. September 2024

Wo?

Surselva
Hotel Ucliva
Waltensburg/Vuorz

INFORMATION & ANMELDUNG

Christa & Thomas Heini

www.heinimpuls.ch / www.christaheini.ch

041 468 02 30 / info@heinimpuls.ch





Lass den Alltag hinter dir und genieße die Region Surselva, eine der schönsten Naturregionen im Engadin. Mit Yoga-Stunden bei Christa, geführten Biketouren mit Thomas oder individuellem Wandern kannst du dein Erlebnis intensivieren. Wenn du dich körperlich verwöhnen lassen möchtest, hast du die Möglichkeit eine Entspannungsmassage zu buchen.

PROGRAMM (mit Vorbehalt)

Donnerstag

ab ca. 15:00 Individuelle Anreise, Check-in

16:45 – 18:15 Welcome Yoga

18:30 Abendessen im Hotel

20:30 – 21:00 Meditation / Entspannung

Freitag / Samstag

07:30 – 08:45 Morgenyoga

09:00 Brunch

ab 10:30 Biken, Wandern, Massage... Entspannen

16:45 – 17:45 Regeneratives Yoga

19:00 Abendessen im Hotel

Sonntag

08:00 - 09:00 Abschlusssyoga

09:15 Brunch

bis 11:00 Zimmerfreigabe



Hotel Ucliva

Darums 10

7158 Waltensburg/Vuorz



ANFORDERUNGEN

Yoga (Christa): Anfänger & Fortgeschrittene

Bike (Thomas): Touren von ca. 3-5Std

Cycling Scala Level 1 bis 2

E-Bike ist möglich

RÜCKTRITTSBEDINGUNGEN

Bis 30 Tage vor Kursbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von CHF 50.-- erhoben, danach ist der volle Betrag fällig.

Versicherung und Haftung ist Sache des Teilnehmers.

Unterkunft --> siehe Bedingungen Hotel

Wir freuen uns auf dich/euch

Christa & Thomas

KURSKOSTEN & ANMELDUNG

Yoga-Unterricht und geführte Bike-Touren CHF 340.--

Reduktion bei zwei Personen 300.-- /Person

Frühbucher Rabatt 5% bis 31. Mai 2024

Massage 60.-- / Std

Die Kursanmeldung erfolgt per Mail an:

info@heinimpuls.ch und ist nach Einzahlung

verbindlich. Nach Eingang deiner Anmeldung erhältst du alle Angaben zur Einzahlung der Kursgebühr.

ANMELDUNG HOTEL

Bitte buche gleichzeitig dein Zimmer direkt beim

Hotel Ucliva 081 941 22 42 oder info@ucliva.ch mit

Vermerk zu unserem Retreat.

