

ANANDA Yoga-Schule Bachletten
Ruth Banjac, Dipl. Yogalehrerin YCH
Bachlettenstrasse 19
4054 Basel
☎ 061 281 51 25 / Mobile 076 539 12 08
www.banjac-yoga-basel.ch
banjac@sunrise.ch



Verbinde **Ferien und Yoga** in meinem Yogaseminar im Hotel Rössl in Rabland/Italien/Südtirol 2020

(www.roessler.com) Mail: info@roessler.com
Tel. 0039 0473 967 143

Donnerstag, 16. April bis Sonntag 19. April „Yoga für den Rücken“

Das Yogaseminar wird von mir persönlich geleitet. Es beinhaltet insgesamt 12 Stunden Yoga. Die Kosten von Euro 250.—sind direkt dem Hotel zusammen mit der Unterkunft (ca. 120.- HP) zu bezahlen. **Weshalb nicht einige Tage länger im Hotel verweilen?** Das Hotel und die Umgebung laden zum Verweilen ein. Wir empfehlen ruhige Zimmer zur Gartenseite z.B. Typ Aschbach.

Treffpunkt:	Donnerstag	16.00 AquaGym
Im Hallenbad (bei schönem Wetter im Aussenbad)		
Yogastunden jeweils:	16.30 bis 18.30 08.00 bis 10.00	19.00 Nachtessen anschl. Morgenessen

Das Seminar endet am Sonntag 19. April um 10.00, Check Out Zeit ist um 11.00.

- Yogamatten, Decken, Gurten, Black-Rolls, Sitzkissen sind vorhanden.
- Eigene Unterlagen/Decken dürft ihr gerne mitnehmen: Alles für euer Wohlbefinden.
- In der Freizeit: Wandern, Baden, Sauna, Velofahren, kulturelle Ausflüge.

Rabland mit dem ÖV: Bahn nach Zernez, Bus Ofenpass nach Mals, Zug Mals-Rabland in 6h20. **Tageskarten sind bis Mals gültig.** Von Mals nach Rabland Einfahticket nach Rabland lösen (ca. 8 Euro)

Im Hotel erhalten alle ein Zug/Bus Abo, welches ebenfalls für die Rückreise nach Mals gültig ist.

Bei weiteren Fragen sind wir sehr gerne für euch da. In Vorfreude auf euer Kommen, herzlichst

Ruth und Ruedi