



Yogaplan Oktober 2021

Donnerstag, 14. Oktober | 9.00 Uhr

Mittwoch, 20. Oktober | 9.00 Uhr

Faszienyoga

Spezielles Programm für mehr Flexibilität und Lebendigkeit.

Donnerstag, 21. Oktober | 9.00 Uhr

Klassisches Hatha-Yoga-Basics

Traditioneller Yogastil mit Atemübungen, Yogastellungen und Tiefenentspannung.

Samstag, 16. Oktober und 30. Oktober | 9.00 Uhr

Freitag, 22. Oktober | 9.00 Uhr

Sonnengruß mit anschließender Tiefenentspannung

Abfolge von zwölf einzelnen Yogastellungen, welche fließend ineinander übergehen und mit der Atmung verbunden sind.

Sonntag, 17. Oktober und 31. Oktober | 9.00 Uhr

Samstag, 23. Oktober | 9.00 Uhr

Faszienyoga

Spezielles Programm für mehr Flexibilität und Lebendigkeit.

€ 18 pro Person und Kurs

Geeignet ab 16 Jahren | mit und ohne Vorkenntnisse

Anmeldung | Bis 18:00 Uhr am Vorabend

Persönlich im Spa Bereich, an der Hotelrezeption
oder via guestservice@dastegernsee.de | 08022 182 570

Treffpunkt | Eingangsbereich DAS TEGERNSEE | Spa

Bei schönem Wetter begrüßen wir Sie auf dem Panoramasonnendeck
und bei schlechtem Wetter in unserem Yogaraum.

Änderungen vorbehalten

STORNOBEDINGUNGEN

Wir bitten Sie, uns bis zum Vorabend zu informieren, wenn Sie Ihre Anmeldung zum Yogakurs verschieben oder annullieren möchten. Andernfalls weisen wir Sie darauf hin, dass wir uns vorbehalten, den von Ihnen gebuchten Yogakurs vollständig in Rechnung zu stellen.