

YOGA & KRÄUTERWANDERN

auf der Turnaueralm, 29. - 31. Juli 2022



Wann: ab Freitag ~ 18:00 Uhr bis Sonntag ~ 13:30 Uhr (nach Mittagessen)

Wieviel: **180€** Beitrag für 4 Yogaeinheiten und 2 Kräuterwanderungen,
zuzüglich: Unterkunft: 160 € Zimmer/150,00€ Lager, 2 Nächte inkl.
Verpflegung; exkl.: Getränke und externe Konsumationen

Wer: Yoga- und Wanderbegeisterte aller Levels (Voraussetzung:
Vierfüßerstand)

Mit: Manuela Apuchtin, Kräuterpädagogin, Hüttenwirtin, Wanderbegleiterin
Angelika Gilli, Physiotherapeutin und Yogalehrerin

Anmeldung: servus@turnaueralm.at ODER gilli.angelika@gmail.com

www.turnaueralm.at

Programmablauf:

Freitag

Gemütliches Eintrudeln und Beziehen der Zimmer am Nachmittag (auf Anfrage gerne auch Anreise ab Donnerstag möglich)

Beginn des Workshops mit einer Abendyogaeinheit um 18:00 Uhr

Anschließend Abendessen, Besprechung des Programmes und gemütliches Beisammensein

Samstag

mit Yoga begrüßen wir um 8 Uhr den Tag und werden nach dem Frühstück umliegende Hügel erwandern, die wunderschöne Landschaft genießen und verschiedene Pflanzen und Wildkräuter bzw. deren Verwendungsmöglichkeiten kennenlernen.

Vor dem Abendessen folgt eine weitere Yoga-Einheit. Die restliche Zeit dazwischen bzw. nach dem Abendessen steht zur freien Verfügung. „Geheimtipp Sonnenuntergangsbankerl“ ☺

Sonntag

Wir beginnen den Tag ebenfalls um 8 Uhr mit Yoga und erwandern nach einem gemütlichen Frühstück wieder Gipfel/Almen in der Umgebung. Zurück im Schutzhaus werden wir wieder kulinarisch verwöhnt und beenden den offiziellen Teil des Workshops mit dem Mittagessen.

Jeder kann im Anschluss noch gemütlich entspannen und genießen, die Abreise erfolgt wieder selbständig.

Eine genaue Anreisebeschreibung findest Du auf www.turnaueralm.at

Wenn Du Fragen dazu hast, melde Dich bitte jederzeit gerne bei uns.

Die Belegung der Betten erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldungen.

Durch die Überweisung der Kursgebühr in Höhe von € 180,00 inkl. 20% Ust auf das Konto AT23 1860 0000 1238 3535 bei der VKB Bank, lautend auf Manuela Apuchtin, ist Dein Platz fix reserviert.

Stornobedingungen:

Bei Absagen bis 29. Juni - keine Workshopgebühr fällt an

Bei Absagen von 30. Juni -15. Juli- 50% der Workshopgebühren fallen an

Bei Absagen von 16. Juli bis Workshopstart- 100% der Workshopgebühren fallen an

Programmänderungen (je nach Wetter) vorbehalten.