

## Iyengar-Yoga Winterwochenende

20. – 22. Januar 2023



Liebe Yoginis  
Liebe Yogis

Ich freue mich, im Winter wieder ein Iyengar-Yogawochenende im Wallis, im schönen Hotel Beau Site, anzubieten.

**Anreise:** Freitag, 20.1.23, 14.30 Uhr

**Abreise:** Sonntag, 22.1.23, nach dem Mittagessen

**Preise:** Einzelzimmer CHF 616.-- / Doppelzimmer CHF 536.-- / Mehrbettzimmer 3 oder 4 Personen CHF 496.--.

**Inbegriffen in den Preisen** sind das Yogaseminar, die Übernachtungen inkl. Kurtaxe, Pause mit Chai, Tee, Kaffee, Biscuits und Früchten, vegetarisches Mittag- und Abendessen inklusive Kaffee/Tee nach dem Essen, Früchte und Kaffee/Tee durch den Tag.

Die Toiletten und Duschen befinden sich im Gang.

**Adresse:** Hotel-Pension Beau-Site, Chemin du Mont 13, 1927 Chemin sur Martigny, [www.chemin.ch](http://www.chemin.ch).

---

**Anmeldung:** per Mail an [brigitte.boegli@bluewin.ch](mailto:brigitte.boegli@bluewin.ch). Die Kursplätze und Zimmer werden nach Datum der Anmeldung vergeben. Beschränkte Anzahl Einzelzimmer. **Anmeldeschluss: 20. November 2022**

Die Anmeldung ist verbindlich – keine Rückerstattung möglich, es sei denn, es wird ein Ersatz angemeldet. Der persönliche **Versicherungsschutz und die Annullationsversicherung** ist Sache der Teilnehmer\*innen.

**Durchführung:** Ich biete das Wochenende ab 11 Anmeldungen an. Ende November informiere ich, ob der Kurs stattfindet.

## Voraussichtlicher Tagesablauf:

### Freitag:

14.30h	Ankunft und Zimmerbezug
16.00 – 18.00h	Asanas
18.30h	Abendessen Buffet

### Samstag:

07.30 – 08.45h	Meditation und Pranayama
09.00h	Chaipause
10.00 – 12.00h	Asanas
12.30h	Mittagessen Buffet
16.00-18.00h	Asanas
18.30h	Abendessen Buffet

### Sonntag:

07.30 – 08.45h	Meditation und Pranayama
09.00h	Chaipause
10.00 – 12.00h	Asanas
12.30h	Mittagessen Buffet
Abreise	