

## Yoga Ferien an der Adria in Istrien (Kroatien)

vom 25.09. – 01.10.2010



An bezaubernder Lage mit ruhigem Garten, Meeresblick auf die kilometerlangen, unberührten Strände, am Rande eines duftenden Pinienwaldes befindet sich die rauchfreie und vegetarische **Pension Cherry Blossom** im ruhigen Ližnjan am Südpol von Istrien. Mehr Information zur Pension und zum Ort unter: [www.cherry-blossom.hr](http://www.cherry-blossom.hr)

### Programm und Ausflüge

Wir praktizieren täglich Yoga (Kenntnisse sind keine nötig) und widmen uns im Abendprogramm der Kreativitäts- und Bewusstseinsarbeit. Detailinfos zur Kursleitung



entnehmen Sie bitte den jeweiligen Webseiten. Neben diesem Programm bleibt genug Zeit für andere Aktivitäten und „Faulheiten“.... Ausflüge zu verschiedenen Stränden/Buchten oder in die nahegelegenen Städtchen Medulin und Pula.

### Preis ab CHF 800.--

Im Preis inbegriffen sind Unterkunft (5 Übernachtungen), Frühstück und Abendessen, die Yogakurse und das Abendprogramm.

Im Preis NICHT inbegriffen sind: individuelle An-/Abreise, Mittagessen, Ausflüge

### Daten: Samstag, 25.09.2010 – Freitag, 01.10.2010

Der Kurs beginnt mit dem Abendessen um 20.00h (Anreise ab 10.00) und endet am Freitag nach dem Frühstück (Abreise um 11.00h).

Wir empfehlen, die Reise frühzeitig zu planen. Infos werden mit der Anmeldung zugestellt.

### Unterkunft und Verpflegung

in der Regel im Doppelzimmer (oder je ein 3-/4-Bett-Zi.). Internet-Anschluss in allen Zimmern. Die Mahlzeiten (morgen/abends) nehmen wir bei warmer Witterung draussen im Garten ein.

**Preise pro Person/Nacht inkl. Halbpension** (evtl. direkt vor Ort bezahlen)

- € 39 im Doppelzimmer
- € 8 Zuschlag für Einzelzimmer (sofern freie Zimmer vorhanden)
- € 29 Abreise am Samstag, 02.10.10 (mit Frühstück)



### Tagesablauf

|               |  |
|---------------|--|
| 07.00 – 08.30 | Yoga   |
| 08.45 – 09.45 | Frühstück  |
| 09.45 – 17.00 | Zeit zur freien Verfügung + gemeinsame Aktivitäten |
| 17.00 – 18.30 | Yoga   |
| 18.45 – 20.00 | Abendessen   |
| 20.00 – 21.30 | Abendprogramm                                      |

### Anmeldung

Per email an [francine@bern-yoga.ch](mailto:francine@bern-yoga.ch)

Per Post an Francine Ackermann, Gantrischweg 7, 3076 Worb

Bei der Anmeldung bitte die Option für Zimmer wählen. Die Zimmer werden nach Eingangsdatum verteilt.

Um die Anmeldung gültig zu machen, bitte CHF 440.-- auf das folgende Postkonto überweisen: Ackermann Francine, PC 30-266310-3.

### Annulationsgebühren

Das Kursgeld wird rückvergütet (ausgenommen Reservations-Depot von CHF 60.--), wenn die Kündigung bis 31.07.10 eintrifft. Nach diesem Datum kann kein Geld rückvergütet werden.

### Die Kursleitung

#### Francine Ackermann

dipl. Yogalehrerin Yoga Schweiz

Komplementär-Therapeutin OdA KTTC „Methode Yoga-Therapie“

Spiraldynamik® Fachkraft Level Intermediate 2

Gantrischweg 7, 3076 Worb

Telefon 031 302 60 81 / Mobile 079 301 77 12

[francine@bern-yoga.ch](mailto:francine@bern-yoga.ch) / [www.bern-yoga.ch](http://www.bern-yoga.ch)



#### Albert Remund

Mental- und Persönlichkeitstrainer, Yogalehrer

Kappellenring 18A, 3032 Hinterkappelen

Telefon 031 829 03 41 / Mobile 076 419 98 99

[albertremund@mentally.ch](mailto:albertremund@mentally.ch) / [www.mentally.ch](http://www.mentally.ch)

