

Yoga-Kurzurlaub in Novigrad (Kroatien)

Di. 31.10.- So 05.11.2017 mit Diana Schaffer MA BSc

(4 Tage davon sind Feiertage!)

6 Tage Yoga, Entspannen, Wellness und Genießen Luxushotel an der kroatischen Mittelmeerküste!

Programm

- Yoga direkt am Meer
- Workshops:
 - ➔ Yoga-Alignement (Yogapositionen ganz korrekt ausführen),
 - ➔ Atemtechniken,
 - ➔ Faszientraining
 - ➔ Psychologie des Glücks
- Ausflüge

Das wird sonst noch geboten...

ausgezeichnetes, riesiges Buffet, beheiztes Pool, Hallenbad, Whirlpool, Fitnesscenter, Tennis*, Volleyball*, Tischtennis*, Minigolf*, Kayak*, Kanu*, Windsurfen*, Jet-Ski*, Sauna*

Unterkunft

Hotel Maestral**** Terre 2, 52466 Novigrad, Kroatien
Eigenständige Anreise oder Fahrgemeinschaft

Was muss ich können?

Es sind keine Yoga-Vorkenntnisse nötig, aber auch „Yoga Profis“ werden gut gefordert.

Kinder und Partner sind willkommen ☺

Anmeldung und Preis

Anmeldung unter: <https://usi.aau.at/> oder im Sekretariat während der Öffnungszeiten bis 09.10.2017

Tarif 1: € 90,- || Tarif 2: € 120,- || Tarif 3: € 150,-

Preis Unterkunft (6 Tage HP/Pers): € 250,- (bei der Vorbesprechung bar zu bezahlen)

Vorbesprechung: 05.10.2017, 17.45 Uhr, USI-Seminarraum

Fragen? office@dianaschaffer.at, 0699/812 396 24

www.dianaschaffer.at