

Yoga & Auszeit im Sutra House

26. - 29. Januar 2023



Sutra House Riehen

Acht individuell gestaltete Zimmer und eine 50m²-Suite bieten Platz für bis zu 21 Personen. Wir haben 2 Einzelzimmer, 5 Doppelzimmer und 2 Dreibettzimmer zur Verfügung. Zur Infrastruktur des Hauses gehören ein geheizter Aussenpool, Sauna und Dampfbad. Jedes Zimmer verfügt über ein eigenes Bad mit WC.

3 Stunden am Vormittag und 1,5 Stunden am frühen Abend. Dazwischen bleibt viel Zeit zum Sein, Lesen, Sauna und Dampfbad geniessen. Es besteht die Möglichkeit, vor Ort Massagen zu buchen.

Mit dem Auto oder mit ÖV bist du ab Bern in knapp 2 Stunden in Riehen. Der Aufenthalt kann wunderbar mit einem Besuch in der Fondation Beyeler verbunden werden.

Programm

7.30 - 10 Uhr Morgenpraxis mit viel Pranayama

10 Uhr ausgiebiger Brunch

Nachmittag zur freien Verfügung

17.30 - 19 Uhr ruhige Abendpraxis

Wir beginnen am 26. Januar um 17 Uhr. Die Zimmer können ab 15 Uhr bezogen werden. Am 29. Januar beenden wir nach dem gemeinsamen Brunch die Auszeit.

Preis für Yoga: 350.- (inkl. Unterlagen und goodie bag)

Preis für Unterkunft inkl. Halbpension

410.- im Dreibettzimmer

530.- im Doppelzimmer

660.- im Einzelzimmer

Teacher: Alex & Melanie

Anmeldung: info@yogamarket.ch

yogamarket