

Yoga & Wellness auf der Lenzerheide

7. - 10. April 25

guarda
val
Matschdönhofel, Spore 1'600 m
Reception

10* Matinee
11* Alpinist Run
12* Wetter: Sonne, 18°C
13* Fitness
14* Nordic Walking
15* Enten & Enten
16* 1. August
17* N. Lenzerheide

Guarda Val Lenzerheide

Das Guarda Val Maiensässhotel ist gross genug für Luxus und klein genug für Individualität. Mit seiner natürlichen Alpenromantik schafft es den Spagat zwischen modernem alpinem Lebensstil und echtem Maiensäss-Feeling. Die Zimmer sind mit viel Liebe eingerichtet, viel Stein und Holz und zeitgemässes Design.

Wanderwege bis vor die Haustüre, eine Auszeit in der Blockhaussauna, im Heubad oder bei einer wohltuenden Bergmassage lassen unsere Sinne zur Ruhe kommen und unsere Seele aufatmen.

Unser Angebot beinhaltet 3 Nächte im Doppel- oder Einzelzimmer mit reichhaltigem Frühstück und 2x Abendessen im Bündner Spezialitätenrestaurant „Crap Naros“ und ein 4-Gang Abendessen im Gourmetrestaurant (15 Punkte Gault Millau).

Programm

8 - 10 Uhr Morgenpraxis mit viel Pranayama

10.15 Uhr ausgiebiger Brunch

Nachmittag zur freien Verfügung, Wellness, Massagen, Wandern

15 -17 Uhr Kaffee & Kuchenbuffet

17.15 - 18.30 Uhr ruhige Abendpraxis

19 Uhr Abendessen

Wir beginnen am 7. April um 17 Uhr. Die Zimmer können ab 15 Uhr bezogen werden. Am 10. April beenden wir nach dem gemeinsamen Brunch die Auszeit.

Preis für Unterkunft inkl. Frühstücksbuffet

659.- im Doppelzimmer

1017.- im Einzelzimmer

Zusätzlich: 2x Abendessen im Crap Naros ab 75.-/Person pro Abend und 1x 4-Gang Gourmetmenü ab 145.-/Person.

Die Zimmerbuchung erfolgt nach deiner Anmeldung direkt übers Guarda Val, wir werden deine Registration weiterleiten.

Preis für Yoga: 390.- (inkl. Notizheft und goodie bag)

Teacher: Alex

Anmeldung: info@yogamarket.ch

yogamarket