



Yoga Retreat

vom 23. bis 25. September 2022

In der Naturlodge, Romoos. Umgeben von einer wunderschönen Landschaft und einem atemberaubenden Bergpanorama.

Yoga praktizieren und die Seele baumeln lassen! Yoga, Pranayama und Meditation (Morgen und Vorabendsequenzen), die eigene Praxis verfeinern, Körper Geist und Seele in Einklang bringen, sich Gutes tun.

Die Kochkunst von Susanne Fries geniessen. Brunch und Dinner werden von der leidenschaftlichen Hobbyköchin zubereitet. Kaffee, Tee und Zwischenverpflegung stehen bereit. Auch für ein süsses Zwischendurch wird gesorgt.

Nachmittags die Seele baumeln lassen. Eintauchen in die ruhe- und energiespendende Landschaft der UNESCO Biosphäre Entlebuch. Die Weitsicht wirken lassen. Den Duft der vielen Wildpflanzen riechen und die Natur spüren. Wir organisieren ein Nachmittagsprogramm, dem kannst du dich nach Lust und Laune anschliessen.

Schlafen in einem zu 100% aus Holz erbauten Haus. Mehrbettzimmer und gemeinsames Bad.

Lass dich inspirieren: <https://naturlodge.ch>

Kosten: Fr. 375.00 pro Person

Im Preis inbegriffen sind:
Unterkunft im Mehrbettzimmer
Brunch, Abendessen und Zwischenverpflegung
4 Yogalektionen geleitet von Priska am Freitag um 17.00 Uhr, am Samstag um 08.00 und 17.00 Uhr, am Sonntag um 08.00 Uhr.

Nicht inbegriffen ist die Anreise. Das Einchecken ist am Freitag ab 15.00 Uhr möglich und das Auschecken am Sonntag spätestens um 12.00 Uhr.

Priska: „Als ich das erste Mal in der Naturlodge war, hat mich der Kraftort, die Energie, die Umgebung und das Haus begeistert. So sehr, dass ich unbedingt Yoga in dieser Umgebung anbieten wollte“.

Wir freuen uns auf schöne Yoga-Tage mit Dir.

Priska und Susanne
Fitplus Willisau

Anmeldung:
www.fitplus-willisau.ch

(maximal 8 Teilnehmer)



fitplus willisau . menznauerstrasse 20 . 6130 willisau
tel. 079 501 12 31 . info@fitplus-willisau.ch . www.fitplus-willisau.ch