



Hike & Yoga



Idyllische Wanderungen – geführt und betreut von einem Wanderleiter und einer Yogalehrerin

Yoga hilft uns, die Energie, die uns allen zur Verfügung steht, zu spüren und erlaubt uns, diese Kraft in unserem Leben zu nutzen. Basierend auf dem Hatha Yoga, konzentrieren wir uns auf die heilende und aufbauende Kraft des Yoga. Die Körperübungen werden so geübt, dass wir wieder zu unserem wahren Selbst finden und Blockierungen und Anspannungen abbauen können. Das harmonische Zusammenspiel von Wandern und täglichen Yogastunden wird uns vollständig in die Kraft der Natur eintauchen lassen

- ✓ Yogastunden von Antoinette Zenklusen unterrichtet
- ✓ Eintauchen in die Almwiesen des Simplonpasses
- ✓ Familien Hotel Fletschhorn ideal gelegen am Italienischen Südhang des Simplonpasses,
- ✓ Wanderung mit Noé Thiel Wanderleiter mit Eidgenössischem Fachausweis

Sonntag 20. - Freitag 25. Oktober 2019 | Buchungen vor 1. August 1055.- chf; 1200.- chf.

„Yoga ist der goldene Schlüssel, der uns das Tor zu Frieden, Ruhe und Freude erschafft.“ B.K.S. Iyengar

www.a-Hike.ch | +41 79 584 41 62 | info@a-Hike.ch

