



# Programm Yoga und Langlauf Retreat Engelberg 2024

kahe

## Freitag, 13. Dezember 2024

- Ab 12.45 Deine Langlaufausrüstung kannst du dir bei Ski + Sport Achermann, Wydenstrasse 55, 6390 Engelberg, bei der Brunnibahn abholen.
- 13:45 Treffpunkt Sportingpark und Langlaufloipe Engelberg (Parkplatz vorhanden oder vorher direkt bei der Ski Lodge parken)
- 14:00 – 15:30 Langlauf Technikkurs mit Gabriel, Einführung Skating und Klassisch zusammen
- Ab 16:15 Check-in Ski Lodge Engelberg, Erlenweg 36, CH-6390 Engelberg
- 17:30 Uhr Treffpunkt Lobby Ski Lodge und gemeinsamer Transfer zum Yogaraum
- 17:45 – 19:15 Yoga im Raum im Hinterdorf
- 20:15 gemeinsames Abendessen im Restaurant Konrad

## Samstag, 14. Dezember 2024

- 07:30 – 08:30 Yoga im Raum im Hinterdorf
- 09:00 Frühstücksbuffet
- 11:30 – 13:00 Langlaufkurs Klassisch mit Gabriel
- 13:30 – 15:00 Langlaufkurs Skating mit Gabriel

Nachmittag oder Morgen zur freien Verfügung auf Loipe, in der Natur oder im Dorf, Wellness im Hotel

- 17:00 – 18:00 Yoga im Raum im Hinterdorf
- 19:30 Abendessen im Restaurant Konrad

## Sonntag, 15. Dezember 2024

- 07:30 – 09:00 Meditation/Pranayama/Yogaflow im Raum im Hinterdorf
- 09:30 – 11:00 Uhr Frühstücksbuffet
- Individuelles Check-Out und Verabschiedung oder private Langlaufunterricht bei Gabriel
- 13:00 spätestens Check-Out Hotel



# Programm Yoga und Langlauf Retreat Engelberg 2024

kahe

## **Kosten pro Person:**

- Inkl. 2 Übernachtungen mit Frühstück und 3 Gänger vegetarisches Abendessen im Restaurant Konrad (gehört zur Ski Lodge), 5 Stunden Yoga, Langlaufausrüstung, Loipenpass, organisierter LL- Technikkurs bei Gabriel (3 Std.) Skating oder Klassisch (Anfänger bis Fortgeschritten):

Pro Person: EZ: 720.-; DZ 640.-; Package ohne Übernachtung: 430.-

## **Separate Kosten:**

- Weitere Langlaufektionen bei Gabriel Savioz, Schneesportlehrer mit eidg. Fachausweis, buchbar Tel 076 50 333 50, [gab\\_savioz@icloud.com](mailto:gab_savioz@icloud.com)
- Mittagessen, Anfahrtskosten und Parkplatzgebühren

## **Kontakt:**

kahe, Katherine [Mail](#)