



## **PROGRAMM Yoga und Langlauf-Retreat Davos 2025**

### **Freitag, 31. Januar 2025**

- Ab 15.00 Uhr Check-in im Hotel Shima
- 16.45 – 17.00 Uhr Begrüssung, Infos
- 17.00 – 18.15 Uhr Yogaflow
- 19.00 Uhr Abendessen

### **Samstag, 1. Februar 2025**

- 07.30 – 09.00 Uhr Meditation/Pranayama/ Yoga
- 09.30 Uhr Frühstück
- 11.30 Uhr - Start Technikkurs mit LL-Lehrer (ca. 1,5 Std.)

Nachmittag zur freien Verfügung

- 17.00 – 18.15 Uhr Yogaflow
- 19.00 Uhr Abendessen

### **Sonntag, 2. Februar 2025**

- 07.30 – 09.00 Uhr Meditation/Pranayama/ Yoga
- 09.30 Uhr Frühstück
- 11.00 Uhr Check-out Hotel

**Kosten pro Person:**

- Inkl. 2 Übernachtungen mit Frühstück und 3 Gänge vegetarisches Abendessen, 4 Lektionen Yoga, Langlaufausrüstung, Loipenpass, organisierter LL- Technikkurs bei Gabriel (ca. 1,5 Std.) Skating oder Klassisch (Anfänger bis Fortgeschritten):

Pro Person: EZ: 600.-; DZ 550.- MZ 540.-; Package ohne Übernachtung: 330.-

**Separate Kosten:**

- Weitere Langlaufektionen, Miete Langlauf-Ausrüstung z.B. bei Hofmänner Sport AG [www.hofmaenner.com](http://www.hofmaenner.com) oder Bünda Sport Davos [www.buendasport.ch](http://www.buendasport.ch)
- Mittagessen, Anfahrtskosten

**Kontakt:**

kahe, Katherine [Mail](#)