

In die ureigene Kraft kommen mit Yoga

Yoga-Wochenenden im Posthotel Achenkirch 2021

mit Veronika Rössl, MahaShakti Yoga Studio München

09.04–11.04.21 | 23.07–25.07.21 | 03.09–05.09.21 | 19.11–21.11.21



Mit viel Leichtigkeit wenden Sie sich an den Yoga-Wochenenden mit Veronika Rössl im Posthotel Achenkirch Körper, Geist und Seele zu. Nach jeder Yoga-Einheit fühlen Sie sich ein Stück mehr bei sich angekommen – mit mehr Freude, Achtsamkeit und Vitalität.

Veronika Rössl unterrichtet klassisches Hatha-Yoga und Vinyasa Yoga mit Heilwirkung, eine Mischung von kräftigenden, herausfordernden und zugleich auch sanften Asanas. Veronikas MahaShakti Yoga Studio wird jedes Jahr zu einem der 10 besten Online und Live Yoga-Studios in München gewählt. Seit 2002.

In die ureigene Kraft kommen mit Yoga

Yoga-Wochenenden im Posthotel Achenkirch 2021

mit Veronika Rössl, MahaShakti Yoga Studio München

09.04–11.04.21 | 23.07–25.07.21 | 03.09–05.09.21 | 19.11–21.11.21

Ablaufplan

1. Yoga-Einheit: Fr 17:00 – 18:30 Uhr (90 Min.)
2. Yoga-Einheit: Sa 08:00 – 09:30 Uhr (90 Min.)
3. Yoga-Einheit: Sa 17:00 – 18:30 Uhr (90 Min.)
4. Yoga-Einheit: So 08:00 – 09:30 Uhr (90 Min.)

Wir beginnen morgens in Stille mit einer Meditation, üben danach energiespendende Pranayama (Atemtechniken), wärmen uns mit dem Sonnengebet auf, gefolgt von verschiedenen Asanas. Jede Yoga-Einheit erhält ein eigenes Thema, der Situation und der Gruppe angepasst. Am Nachmittag ist Zeit für aufkommende Fragen und Veronika Rössl erzählt von Philosophie und Hintergründen von Yoga. Anschließend üben wir gemeinsam Pranayama und Asanas mit einem besonderen Schwerpunkt. Die Asanas und Übungen werden immer spontan auf die Gruppe, Stimmung und das jeweilige Leistungsniveau abgestimmt. Jeder profitiert dadurch auf seine Art und Weise.

Preise pro Person für 2 Übernachtungen inkl. Wohlfühlpension

Zimmertyp	DZ-Preis	EZ-Zuschlag
Karwendel Zimmer - NATUR	€ 442,-	€ 80,-
Landhaus Zimmer	€ 478,-	€ 80,-
Landhaus Suite	€ 562,-	€ 100,-
Junior Suite	€ 582,-	€ 100,-
Posthotel SigNature Suite	€ 624,-	€ 546,-

Alle Preise zuzüglich € 120,- für Retreat-Pauschale

Inklusivleistungen im Posthotel Achenkirch

- Reichhaltiges Frühstücksbuffet mit TCM-Buffer
- Vital-Lunch im TCM-Bademantelrestaurant BISTRO mit warmem 5 Elemente-Gericht
- mehrgängige Wahlmenüs kombiniert mit exquisitem Dinner-Buffer am Abend und servierte Hauptspeisen von der täglich wechselnden Speisekarte aus der 2-fachen Haubenküche. Alternativ: 3 Gang-Menü im 5 Elemente Restaurant TENZO
- À la carte (gegen Aufpreis) können Sie in unserem Restaurant TENZO oder der Hauben-prämierten Gaststube speisen.
- Renaturiertes Quellwasser - feinstes Trinkwasser inklusive
- Top Kosmetikprodukte der hauseigenen Pflegelinie im Zimmer
- betreutes Bewegungs- und Entspannungsprogramm (rund 60 Std./Woche)
- Bade- und Saunalandschaft auf 7.000 qm
- Posthotel Fitnesswelten Indoor und Outdoor auf 500 qm
- Tiefgaragenstellplatz und Benützung der Autowaschanlage

* 4 Yogaeinheiten mit Veronika Rössl

Ihr Platz für den Yoga-Kurs ist mit der Überweisung der Yoga-Pauschale von € 120,- gesichert.

Bitte überweisen Sie diese mit der Anmeldung im Hotel an: MahaShakti Yoga, Veronika Rössl,

IBAN: DE31 7015 0000 100 308 6699, BIC: SSKM DE MMXX

oder buchen Sie direkt online www.mahashakti-yoga.de/reisen/posthotel-achenkirch-tirol-termine-2021/

Die Pauschale berechtigt die Teilnahme an allen Yoga-Einheiten. Es erfolgt keine Rückerstattung falls einzelne Einheiten nicht wahrgenommen werden. Der Betrag von € 120,- ist vorab auf oben genanntes Konto zu überweisen. Veronika Rössl übernimmt keine Haftung für auftretende Verletzungen und Schmerzen vor, während oder nach der Yoga-Stunde.

Information und Buchung

POSTHOTEL ACHENKIRCH GMBH, Achenkirch 382, 6215 Achenkirch am Achensee, Tirol, Austria
T +43 5246 6522, info@posthotel.at, www.posthotel.at