

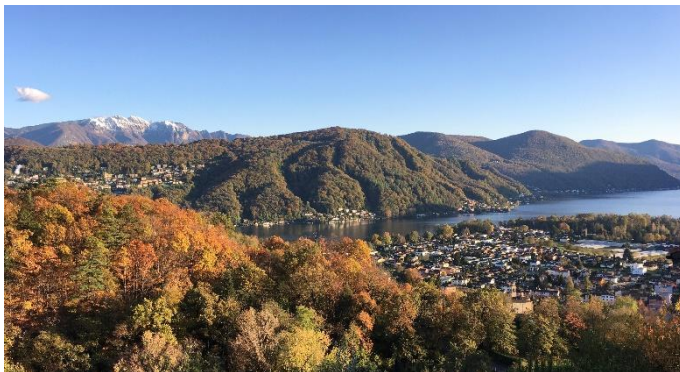
**AYURVEDA und LU JONG YOGA
im Malcantone Tessin 14. – 17. Sept. 2023**



**tauche ein in die Fülle des Spätsommers
und gönne Dir eine Pause ganz für Dich**



so wohltuend, so nährend und so entspannend



Gast sein im Privathaus mit Sicht auf Luganer See und Berge,
Raum haben für Dich im Einzel- oder Doppelzimmer,
Vollpension ayurvedisch mediterrane Küche
ayurvedischer Kochkurs mit einer Prise Wissen vom Leben
morgens sanfter Start in den Tag mit Lu Jong Körper/Atem Übungen,
tagsüber viel Raum & Zeit, zum Ruhem im Sein, in Stille, in Bewegung
abends entspannende Achtsamkeits-Meditationen
kleine Gruppe max.4 Pers.

Angebot all inclusive pro Pers. EZ Fr. 780.00 | DZ Fr. 580.00
Reisekosten nicht inbegriffen, optimale Anreise mit ÖV-Lugano/Agno

ich freue mich auf unsere gemeinsame Zeit
Trudi Bühler | trudibuehler@bluewin.ch | 079 410 23 26