



SUKHA YOGA RETREAT

Willkommen!

18.-21. JULI
2019

Hotel Miramonte

Reitlpromenade 3, 5640
Bad Gastein

KONTAKT:

CAROLINA MELLAK 0043 699 10986258

KATHARINA WURM 0043 664 88922127

Unser Zeitplan

DONNERSTAG

16:00: Ankunft und Begrüßung
17:00-18:15 Yoga
19:00 Abendessen

FREITAG

07:45-09:00 Yoga
09:00 Frühstück
13-14:00 Light Lunch
15:30-17:00 Yoga Workshop
17:00-18:00 Yoga
19:00 Abendessen

SAMSTAG

07:45-09:00 Yoga
ab 09:00 Frühstück
13-14:00 Light Lunch
17:00-18:30 Yoga
19:00 Abendessen

Abendprogramm: Kino unter Sternenhimmel

SONNTAG

07:45-09:00 Yoga
ab 9:00-11:00 Frühstück und Abreise



Was tun in der freien Zeit?

Es gibt hier eine **Bio-Sauna**, ein **Alpine Spa** und **Thermalwasserbäder** zur freien Benützung!

Weiters ist am Samstagabend **Kino unter Sternenhimmel** geplant!

Wir empfehlen **Wanderungen** in der Zeit zwischen Frühstück und Lunch (oder man verzichtet auf den Lunch und jausnet auf einer Hütte) zu machen! Für diverse Wanderwege einfach an der Rezeption nachfragen.

Und sonst.. einfach genießen und mal nichts tun! :)
Für jegliche Fragen stehen wir gerne stets zur Verfügung!
Bei Interesse an Yogastunden oder Workshops in Graz findest du uns hier:

www.sukhagraz.com

 www.facebook.com/sukhagraz

 [sukhayogagraz](https://www.instagram.com/sukhayogagraz)

