



refresh
yourself

mit

ANTJE HAACK

TRAINERIN FÜR YOGA & PILATES
REISEPLANERIN & GENUSSMENSCH

VILLA ADOLPHINE

Aktivauszeiten mit passiver
Entspannung, locker in den Tagesablauf
integrierten Aktivangeboten von
Pilates über Yoga und Nordic Walking
& kulinarischen Highlights an besonderen Orten...

an
erleben & entspannen www.anjani.de

Programm

Sonntag

Begrüßung und 1 Stunde Yoga zum Kennenlernen
Abendessen (indiv.)

Montag

Dynamischer Morning Walk mit Yoga Elementen
Frühstück
Erkundung des Wallberges (wetterabhängig)
Möglichkeit zum Mittagessen
Achtsamkeitsmomente | Freizeit
Yoga
Abendessen (indiv.)

Dienstag

Dynamischer Morning Walk mit Yoga Elementen
Frühstück | Freizeit
geführte Schneeschuhwanderung (wetterabhängig)
Achtsamkeitsmomente
Yoga
Abendessen (indiv.)

Mittwoch

Ruhiges Morningyoga mit Elementen aus Pilates
Frühstück
Abreise

Buchung

Ort:

Villa Adolphine | www.adolphine.de

Übernachtung:

360,00 Euro / 3 Nächte / EZ
Kurtaxe: 2,00 Euro / Tag
inklusive:

Frühstück, Nutzung des Wellnessbereiches und
ganztägige Nutzung der Teebar

Programm:

250,00 Euro/Person
inklusive:

Yoga zum Kennenlernen
Elemente aus dem Pilates
Dynamische Mornigwalks
Achtsamkeitsmomente

Erkundung des Wallberges (exkl. und wetterabhängig)
Schneeschuhwanderung (exkl. und wetterabhängig)

Reservierung:

(Vor)Reservierung der Zimmer für insgesamt 3 Nächte
bis zum 15.11.2020 unter www.anjani.de

(Festbuchung erst nach Freigabe erneuter Covid19 Regelungen)

Zahlung:

vor Ort, Villa Adolphine