



## Yoga & Frühstück im Campus Hotel Hertenstein

Sonntag, 3. August 2025

Das wundervolle Campus Hotel Hertenstein ist ein Ort des Verweilens, der Gemütlichkeit und der Ruhe. Mit seiner atemberaubenden Lage sowie der lichtdurchfluteten Atmosphäre lädt es ein, die Zeit zu vergessen und ganz im Moment zu sein. Gönn dir eine kurze Auszeit und tauche ein in eine dynamisch fließende Yogaeinheit, abgerundet durch eine regenerative Schlussspannung. Danach erwartet uns ein reichhaltiges Frühstücksbuffet bei gemütlichem Zusammensein in traumhafter Umgebung.

### Programm

Ab 8.00 Uhr Eintreffen, Hotel Campus, Hertenstein

8.15 – ca. 9.30 Uhr Yogapraxis auf privater Badewiese oder in einem der Panoramaräume mit Sicht auf den See (bei Schlechtwetter)

Bis 10.30 Uhr Frühstück im Hotelrestaurant, bei schönem Wetter auf der Hotelterrasse

### Kosten, Leistungen

Fr. 72.– inkl. Tee beim Eintreffen, Yogaeinheit, Frühstück

Bitte bringe deine eigene Yogamatte mit.

### Durchführung, Anmeldung

Nicole Steinauer, dipl. Yogalehrerin

076 410 48 47 / n.steinauer@sunrise.ch

[www.yoga-essenz.ch](http://www.yoga-essenz.ch)

Verbindliche Anmeldung / beschränkte Platzzahl

