

Indian Summer – Yoga-Tage im Tessin

20. bis 24. September 2026

Die Natur leuchtet in Gold – und wir sammeln neue Kraft.

Wenn sich die Natur langsam zurückzieht und in goldenen Farben leuchtet, lädt uns der Herbst ein, innezuhalten, loszulassen und neue Kraft zu schöpfen.

Inmitten dieser besonderen Jahreszeit verbringen wir einige Tage im wunderschönen Tessin – begleitet von Yoga, Stille, Natur und nährender Gemeinschaft.



Was dich erwartet

- Tägliche Yoga-Praxis mit Pranayamas & Meditation im schönen Casa Santo Stefano
- Zeit für Rückzug, Natur, Wandern & Massagen
- Raum zum Sein, Auftanken und Loslassen
- Genussvolle Mahlzeiten aus frischen, regionalen und natürlichen Zutaten
- Eine warme, herzliche Atmosphäre
- Wundervolle Landschaft inmitten unberührter Natur

Kosten für den Yoga-Kurs

CHF 520.- für 5 Tage (exkl. Übernachtung)

- 5 Tage Yogapraxis (Meditation, Pranayama, Asanas)
- Willkommensabendessen am ersten Abend
- Optional: 1 Abendessen mit lokalen Köstlichkeiten in einem nahegelegenen Restaurant (Selbstzahlung)



Zimmerpreise pro Zimmer und Nacht (exkl. Kurtaxe)

- Einzelzimmer mit Dusche/WC: ab CHF 95.-
- Doppelzimmer mit Dusche/WC: ab CHF 160.-
- Doppelzimmer mit Dusche/WC: Einzelbelegung: ab CHF 115.-

Weitere Zimmerkategorien findest du auf der Unterkunftsseite.

Die Zimmer bitte selber direkt bei der Casa Santo Stefano buchen:
www.casa-santo-stefano.ch

Verpflegung der Casa

CHF 144.00 (wird vor Ort bezahlt)

- 4 Yogi Brunch
- 2 Abendessen inkl. Getränke
- Bio-Kaffee, Bio-Tee + Saisonale Früchte tagsüber
- Gratisparkplatz bei Monte Lema
- Bahn Ticino Ticket



3 Fotos auf dieser Seite: © Casa San Stefano, Fotos: Zsigmond Toth

Informationen & Anmeldung

auf www.yogatelier.ch oder Ana Exposito, exposito.ana@besonet.ch, 078 820 21 91

Lust auf eine Auszeit voller Inspiration und Freude? Ich freue mich auf Dich!

Ana Maria

Bitte beachte, dass ab der Anmeldung eine Annullationsgebühr von CHF 100.- bis 2 Monate vor Kursbeginn erhoben wird. Bei späteren Abmeldungen wird der volle Betrag fällig, sofern der Platz nicht neu besetzt werden kann. Versicherung ist Sache des Teilnehmers.

Ana Exposito – dipl. Yogalehrerin SYV/EYU – dipl. Yogatherapeutin – dipl. Iyengar-Yogalehrerin
YOGATELIER Bahnhofstrasse 32 4900 Langenthal 078 820 21 91 www.yogatelier.ch