



# Yoga-Retreat im Casa Santo Stefano

## 16. – 22. Juni 2024

### Yoga-Retreat im Tessin: Erwache im Moment des Einfach-Seins!

Erlebe eine Woche mit Yogapraxis und vertiefe deine Verbundenheit zur Natur im atemberaubenden Tessin! Tauche ein in die Schönheit dieser besonderen Region und verbinde dich mit dir selbst und deinem Herzen, während wir gemeinsam die Kraft des Yoga erkunden und uns dem einfachen Sein hingeben.

#### Was dich erwartet

- Tägliche Yoga-Praxis im schönen Seminarhaus Santo Stefano
- Geführte Meditationen zur Entspannung und Achtsamkeit
- Vertiefe dich in persönliche Reflexion und Selbstentdeckung
- Vielfältige Wanderungen in der Umgebung
- Sich vitalisieren und erfrischen beim Wasserfall
- Verwöhnende Massage buchbar sowie Wellness ganz in der Nähe
- Genussvolle Mahlzeiten aus frischen, natürlichen Zutaten

#### Preis & Details

- Sonntag 16. bis Samstag 22. Juni 2024 im Casa Santo Stefano, Migleglia, Tessin
- Kursgebühr für 7 Tage CHF 620.–, inklusive Willkommensabendessen am ersten Abend  
Übernachungskosten sind NICHT im Preis inbegriffen:  
**bitte direkt buchen unter casa-santo-stefano.ch**
- Optionale Abendessen
  - 3 Abende: reichhaltigen vegetarischen Buffet im Casa Santo Stefano inkl. Getränke für CHF 42.–
  - 2 Abende: lokale kulinarische Köstlichkeiten in einem nahegelegenen Restaurant (Selbstzahlung)

#### Informationen & Anmeldung

auf [www.yogatelier.ch](http://www.yogatelier.ch) oder Ana Exposito, [exposito.ana@besonet.ch](mailto:exposito.ana@besonet.ch), 078 820 21 91

Erwache im Moment des Einfach-Seins und verbinde dich mit dir selbst bei unserem Yoga-Retreat im Tessin. Ich freue mich darauf, dich dabei zu haben!