

POSCHIAVO YOGA 4-SEASONS RETREATS

18-21.05.2023

RISVEGLIO - PRIMAVERA



Eine entgiftende Yoga-Praxis zum Aufladen der Batterien in Vorfreude auf die warme Jahreszeit.

Zwei Yogapraktiken pro Tag, die sich auf Drehungen konzentrieren, um die Wirbelsäule zu revitalisieren und den Entgiftungsprozess zu erleichtern.

Übernachtung mit Vollpension auf der Alp San Romerio. Yoga-Praxis auf Yoga-Plattformen. Zeit für Spaziergänge und völlige Entspannung.

Info und Reservationen: info@essenziale.ch