

## Therme 51° Yoga - Weekend in Leukerbad

### Yoga und Aquayoga in Leukerbad mit Akhanda Yoga Schweiz

Von Freitag, 18. bis Sonntag 20. November 2022 im Hotel Therme 51° (max. 10 Teilnehmer)

Insgesamt: Fr. 422.- im Einzelzimmer und Fr. 402.- im Doppelzimmer, Einschreibgebühr: Fr. 150.- (entspricht Kosten bei Annulation)

#### Inbegriffen:

2 Übernachtungen mit Halbpension (auch Fleisch)

Freier Eintritt in das hoteleigene Thermalbad (37°) mit Sauna, Dampfbad, Infrarotkabine, Aussenwhirlpool und Ruhe-  
raum

4 Yogastunden Hatha à 75 Minuten, Aquayoga à 45 Minuten. Themenabend : Meditation

Einschreibschluss: 8. November 2022 [info@akhandayoga.ch](mailto:info@akhandayoga.ch)

#### Nicht inbegriffen:

##### Getränke, Trinkgelder

[therme51.ch](http://therme51.ch) informiert Sie über Massage, Kosmetik - oder Wellnessbehandlungen

Bitte direkt beim Hotel buchen und zusammen mit der Hotelrechnung begleichen: Telefon 027 472 21 00

#### Programm

<b>Freitag:</b>	ab 14 Uhr	Zimmer verfügbar
	17 Uhr	Willkommenstreffen an der Hotelrezeption (Gebäude Schwimmbad)
	17.15 - 18.30 Uhr	Hatha Yoga traditionell (Asana und Pranayama)
	19 Uhr	gemeinsames Abendessen
<b>Samstag:</b>	8 - 9.30 Uhr	Hatha Yoga traditionell und Meditation
	9.45 Uhr	Frühstücksbuffet
	10 - 17 Uhr	Freizeit: Thermalbaden, Wandern oder Ruhe. In der Gruppe oder einzeln.
	17 - 18.30 Uhr	Hatha Yoga sanft und Meditation
	18.45 Uhr	gemeinsames Abendessen
	20- 21.30 Uhr	Themenabend: Vortrag und Gedankenaustausch
<b>Sonntag:</b>	8 - 9.30 Uhr	Hatha Yoga traditionell und Meditation
	9.30 - 10.30 Uhr	Frühstücksbuffet, danach Zimmer räumen und Check-out
	13.30 - 14.15	Aquayoga (auch offen für andere Hotelgäste)
<b>Programmende</b>		

## Therme 51° weekend de yoga à Loèche-les-Bains

### Hatha yoga et aqua yoga à Loèche-les Bains avec Akhanda Yoga Suisse

Du vendredi 18 au dimanche 20 novembre 2022 à l' Hôtel Therme 51° (max. 10 participants, selon l'ordre d'inscription)

Coût tout compris : Fr. 422.- en chambre individuelle ou Fr. 402.- en chambre double, Frais d'inscription : Fr. 150.- correspondant aux frais d'annulation

#### Le forfait comprend:

2 nuits avec demi-pension (aussi viande)

Entrée libre au spa de l'hôtel avec bain de vapeur, sauna, cabine infrarouge, jacuzzi extérieur, salle de repos et piscine thermale 37°

4 cours de hatha yoga à 75 minutes, Aqua yoga à 45 minutes. Soirée thématique: Méditation

Délai d'inscription : 8 novembre 2022, [info@akhandayoga.ch](mailto:info@akhandayoga.ch)

#### Hors forfait:

##### Boissons, pourboires

[therme51.ch](http://therme51.ch) vous informera sur les possibilités de massages, esthéticienne etc.

Réservation et paiement de ces services hors forfait directement à l'hôtel, téléphone 027 472 21 00

#### Programme

<b>Vendredi:</b>	dès 14h	Chambres disponibles
	17h	RDV et bienvenue à la réception de l'hôtel (bâtiment piscine)
	17h15 - 18h30	Hatha yoga traditionnel (asana et pranayama)
	19h	Repas en commun
<b>Samedi:</b>	8 - 9h30	Hatha Yoga traditionnel et méditation
	9h45	Buffet petit déjeuner
	10 - 17 h	Libre choix : Promenade, bains thermaux ou repos. En groupe ou indiv.
	17 - 18h30	Hatha Yoga doux et méditation
	18h45	Repas en commun
	20 - 21h30	Soirée thématique et discussion
<b>Dimanche:</b>	8 - 9h30	Hatha Yoga traditionnel et méditation
	9h30 - 10h30	Petit déjeuner, ensuite libérer les chambres
	13h30 - 14h15	Aqua yoga (le cours est aussi ouvert aux autres résidents de l'hôtel)
<b>Fin de programme</b>		