

Reiseinformationen



Lieber Alpin Tours Gast,

wir freuen uns, dass Du Dich entschieden hast an unserer Yoga Reise teilzunehmen. Hiermit wollen wir Dir alle nötigen Informationen für Deine Reise mitgeben!

In den Anlagen befindet sich dein Versicherungsschein für Pauschalreisen. Wir weisen darauf hin, dass dies keine Reiserücktrittsversicherung ist, welche du unabhängig davon abschließen solltest, damit du im Krankheitsfall Anspruch auf Entschädigung hast.

Gerne kannst du deine eigene Yoga Matte und Blöcke mitnehmen.

Wir treffen uns am Anreisetag um 16:00 an der Rezeption! Du kannst schon früher anreisen und ab ca. 14:00 einchecken. Zum weiteren Ablauf haben wir dir den Zeitplan angehängt. Jede Yogalehrerin hat ihre eigenen speziellen Fähigkeiten und geschultes Fachwissen. Daher variieren die einzelnen Programmpunkte oftmals.

Das Checkout ist bis 11 Uhr möglich am letzten Reisetag.

Solltest du weitere Fragen haben, melde dich jederzeit!

Liebe Grüße,
Dein Alpin Tours Team

Kontaktdaten der Hotels

Hotel Eder	–	Am Dorfplatz 5, 5761 Maria Alm, Österreich	+43 6584 7738
Hotel SEPP	–	Urchen 8, 5761 Maria Alm, Österreich	+43 6584 7738
Hotel Freienhof	–	Freienhofgasse 3, 3600 Thun, Schweiz	+41 3322 75050

Programm



1. Tag – Samstag

16:00	Begrüßung und Vorstellung des Programms/Check In
17:00 – 18:00	Vinyasa Yoga
19:00	Gemeinsames, traditionelles Abendessen mit internat. Einflüssen

2. Tag – Sonntag

08:00 – 09:00	Vinyasa Yoga
ab 09:00	reichhaltiges, vitales Frühstück
11:00	Aktivität nach Wahl
15:00 – 16:30	Workshop der Yoga Lehrerin (s. Lehrerin)
17:00 – 18:00	Yin Yoga/Abendmeditation
19:00	Gemeinsames, traditionelles Abendessen mit internat. Einflüssen
20:30	Chill-Out

3. Tag – Montag

08:00 – 09:00	Vinyasa Yoga
ab 09:00	reichhaltiges, vitales Frühstück
11:00	Aktivität nach Wahl/Zusatzleistung Yoga Lehrerin
15:00 – 16:30	Workshop der Yoga Lehrerin (s. Lehrerin)
17:00 – 18:00	Yin Yoga/Abendmeditation
19:00	Gemeinsames, traditionelles Abendessen mit internat. Einflüssen

4. Tag – Dienstag

08:00 – 09:00	Vinyasa Yoga
ab 09:00	reichhaltiges, vitales Frühstück
11:00	Aktivität nach Wahl/Zusatzleistung Yoga Lehrerin
15:00 – 16:30	Wellness oder Aktivität nach Wahl/Zusatzleistung Yoga Lehrerin
17:00 – 18:00	Yin Yoga/Abendmeditation
19:00	Gemeinsames, traditionelles Abendessen mit internat. Einflüssen

5. Tag – Mittwoch

08:00 – 09:00	Vinyasa Yoga
ab 09:00	reichhaltiges, vitales Frühstück
10:30	Checkout

Das Programm kann aufgrund verschiedener Gründe wie Wetter, Teilnehmerzahl oder ähnlichem variieren. Einzelne Aktivitäten können untereinander getauscht werden. Es obliegt den Yoga Lehrerinnen das Programm individuell anzupassen.

Das Programm ist nicht verpflichtend. Es gibt viele andere Angebote vor Ort, wie zum Beispiel Wandern, Mountainbiking, Bogenschießen und Wellness.