

# GOURMET YOGA

**12. bis 14.  
Oktober  
2018**

## HERZLICH WILLKOMMEN BEIM GOURMET-YOGA-RETREAT IM GRADONNA MOUNTAIN RESORT IN KALS / OSTTIROL

Nur eine Autostunde von Kitzbühel entfernt werden wir es uns am Wochenende im 5-Sterne-Resort gut gehen lassen. Wir genießen alle Einrichtungen dieses tollen Hotels, von Wellness bis zur Vollpension und natürlich auch ein paar Yogaeinheiten.

### Preise

344,-/Erwachsene

244,-/Non-Yogis

112,-/Kinder bis 18 Jahre

inkl. 2 Nächte mit Vollpension u. Leistungen laut Programm; SPA-Behandlungen sind nicht inkludiert.



Ich freue mich  
auf ein erholsames  
Wochenende mit Euch!

Namasté  
Eure Tania

### Programm

FR, 12. OKT.

ab 11.00  
16.00–17.30  
19.00  
19.30

Check-In möglich  
**Follow your intuition**  
Begrüßungsgetränk im Turm  
Gourmet-Abendessen

SA, 13. OKT.

07.30–07.55  
08.00–09.30  
09.30–10.30  
10.30–15.30

**Meditation**  
**Starker Rücken**  
Frühstücksbuffet  
Wandern oder  
zur freien Gestaltung z.B.:  
SPA-Behandlung, E-Biken etc.  
(Info unter [www.gradonna.at](http://www.gradonna.at))

15.30–16.30  
17.00–18.30  
19.00  
20.00

**BUDOKON®-Flow**  
**Restore deeply**  
Cocktails an der Bar  
Gourmet-Abendessen

SO, 14. OKT.

08.00–09.30  
10.00–11.00  
11.00–16.00  
ab 16.00 h

**Immunboost**  
Sontagsbrunch  
zur freien Gestaltung  
Abreise