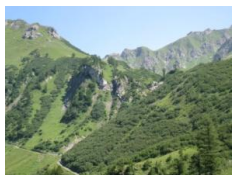


# Yoga und Wandern – erlebe den Moment in Liechtenstein

Wir bieten ein Yoga-Wanderwochenende für Menschen an, die gerne die Natur geniessen und zugleich mit sanften Yoga-Übungen in Zusammenspiel mit der Atmung zur Ruhe und Ausgeglichenheit kommen wollen. Bewusstes Gehen, Schritt für Schritt in Verbindung mit dem eigenen Atemrhythmus sowie Augenblicke des Schweigens machen das Wandern zu einem meditativen Erlebnis. Ein ganz besonderes Erlebnis ist dieses Yoga-Wanderwochenende in der atemberaubenden Schönheit der Bergwelt Liechtensteins. Dieses Wochenende ist sowohl für Yoga-Anfänger wie auch für Fortgeschrittene geeignet.



## Programm

### Freitag 24. September 2010

16:30 Anreise, Check-in  
Begrüssungsdrink  
17:30 Yoga  
19:30 Abendessen

### Samstag 25. September 2010

07:30 Tee  
08:00 Yoga  
09:45 Frühstück  
10:45 Wanderung  
17:00 Yoga  
19:30 Abendessen

### Sonntag 26. September 2010

07:30 Tee  
08:00 Yoga  
09:45 Frühstück  
10:45 Check-out  
11:00 Wanderung  
16:00 Abreise

## Über uns

*Rosaria Ackermann*



*„Der Natur und sich selber ein Stück näher kommen“*

Seit über zwei Jahren bin ich ausgebildete Wander- und Schneeschuhwanderleiterin, Mitglied der liechtensteinischen Bergrettung und begeisterte Berggängerin. Die Berge liebe ich über alles und aus diesem Grund freue ich mich, dich während diesen Tagen durch die wunderbare Bergwelt von Liechtenstein zu führen.

*Ingeborg Jehle*



*„Yoga ist für mich eine Reise in die Gegenwart“*

Yoga begleitet mich schon seit mehr als 12 Jahren. Je mehr ich erfahren durfte und je mehr ich Yoga praktiziert habe, umso stärker entstand der Wunsch, dies auch weitergeben zu dürfen. Seit mehreren Jahren biete ich Hatha-Yoga Kurse in Liechtenstein an. Im Mittelpunkt meiner Kurse steht der Mensch mit seinen Bedürfnissen, Problemen und Grenzen. Ich freue mich, dich kennenzulernen.

## Termin

Freitag 24. September bis Sonntag 26. September 2010

## Wo / Unterkunft

Alpenhotel Vögeli im Malbun auf 1600m, Liechtenstein [www.alpenhotel.li](http://www.alpenhotel.li)  
Grosse neue Sonnterrasse, Alpenbergluft, Sauna und Schwimmbad Benutzung sind im Übernachtungspreis inkludiert.

## Kosten/Leistungen

Kurskosten: 230 CHF / (ca. 165 EURO)

Leistung: 2 Lunch-Pakete, 4 Yoga Lektionen, 2 geführte Wanderungen

Übernachtung: 110 CHF / (ca. 80 EURO) pro Nacht/Person im Einzelzimmer mit Halbpension

90 CHF / (ca. 65 EURO) pro Nacht/Person im Doppelzimmer mit Halbpension

Wichtig: die Kurskosten müssen vor Kursbeginn einbezahlt werden. Die Kosten (zum Tageskurs) für die Unterkunft müssen von den Teilnehmern direkt vor Ort beim Alpenhotel Vögeli bezahlt werden.

## Anmeldefrist

Deine Anmeldung erhalten wir gerne per Telefon oder E-Mail bis zum **31. August 2010**

## Anmeldung

Hiermit melde ich mich/uns **verbindlich** für **Yoga und Wander Wochenende – erlebe den Moment in Liechtenstein** vom 24.9. - 26.9.2010 an und akzeptiere die unten aufgeführten Teilnahmebedingungen.

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_ Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_ Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_ PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

Mobil: \_\_\_\_\_ Tel: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Zimmerkategorie: DZ (90CHF/ca. 65 EURO pro Nacht/Person) EZ (110CHF/ca. 80 EURO pro Nacht/Person)

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

### Teilnahmebedingungen

#### Anmeldung

Die Anmeldung des Teilnehmers ist verbindlich. Erst durch die Anmeldebestätigung per Post oder E-Mail der Leitung und der Einzahlung der Kurskosten von 230 CHF /(ca. 165 EURO) des Teilnehmers, ist der Platz für den Teilnehmer fest reserviert. Die Preisangabe in EURO ist ein Richtpreis und variiert mit dem Wechselkurs. Bitte überweisen Sie die Kurskosten in CHF.

#### Teilnahmegebühr

Die Kurskosten sind bis spätestens 10 Tage nach Erhalt der Rechnung auf folgendes Konto einzubezahlen.

#### Rosaria Ackermann

#### Liechtensteinische Landesbank, LLB

**Konto: 228.231.34 IBAN: LI16 0880 0000 0228 2313 4 BIC: LILALI2X  
BLZ 8800**

#### Betreff: Yoga und Wandern – erlebe den Moment

Wird der Betrag nicht rechtzeitig beglichen, sind wir berechtigt, den Platz an eine andere Person zu vergeben.

#### Stornierungen

Bis 2 Wochen vor Veranstaltungsbeginn müssen wir 80% der Gesamtkosten berechnen und ab dem 7. Tag 90%.

Bei Nichterscheinen ohne vorherige Stornierung ist die volle Gebühr zu entrichten.

Ein Ersatzteilnehmer kann jederzeit vom Auftraggeber benannt werden.

#### Haftung

Der Teilnehmer erklärt, dass der Teilnahme an dem Kurs keine gesundheitlichen Bedenken entgegenstehen. Die Teilnahme an den Angeboten erfolgt für den Teilnehmer auf eigene Gefahr. Jegliche Haftung für Personen- und Sachschäden ist ausgeschlossen.

#### Annullierung

Das Yoga-Wanderwochenende findet nur bei genügend Anmeldungen statt. Die Kursleitung hat grundsätzlich das Recht, das Yoga und Wander Wochenende abzusagen. Die Teilnehmer werden darüber rechtzeitig informiert und erhalten bereits einbezahlte Kurskosten zurück.

#### Ingeborg Jehle

Dipl. Yogalehrerin YS/EY

Bahngasse 25

9485 Nendeln

Tel: 00423/ 373 93 33

E-Mail: [info@yogaaktiv.li](mailto:info@yogaaktiv.li)

[www.yogaaktiv.li](http://www.yogaaktiv.li)

#### Rosaria Ackermann

Wander- und Schneeschuhleiterin BAW/BWL

St. Martins-Ring 12

9492 Eschen

Tel: 0041/78 715 10 94

E-Mail: [rosaria@erlebnis.li](mailto:rosaria@erlebnis.li)

[www.erlebnis.li](http://www.erlebnis.li)