

Retreat

im wunderschönen Casa Pannocchia
in Ronco Sopra Ascona I Tessin
Freitag 29. September 2023 - Sonntag 1. Oktober 2023

Das Retreat mit ganz viel Herz

Eine Oase zum wohlfühlen. Yogaeinheiten, die zurück in den Körper holen, dem Kopf Ruhe schenken und das Herzen ganz wohl sein lassen. Gaumenschmaus, der den Körper stärkt & nährt und vieles mehr. Gönn dir eine Auszeit, einfach sein & geniessen

Schedule

Freitag, 29. September 2023

- ab 15.00 Uhr I check-in, gemütlich eintrudeln, ankommen und geniessen
- 17.00 - 18.30 Uhr I Welcome & Yoga
- ab 19.00 Uhr I Abendessen
- 20.30 Uhr I short night Session for the most peaceful sleep*
- Sterne beobachten, reden, schlafen

Samstag, 30. September 2023

- ab 8.00 Uhr I Tee & Smoothie
- 8.30 Uhr - 9.45 Uhr I Morning Yoga
- ab 10.30 I Brunch o'clock
- Freizeit I sein, lesen, geniessen, wandern, quatschen, tun was dir gut tut
- 16.30 - 18.00 Uhr I Yoga
- ab 18.30 Uhr I Abendessen
- 20.00 Uhr I short night Session for the most peaceful sleep*
- Sterne beobachten, reden, schlafen

Sonntag, 1. Oktober 2023

- ab 8.00 Uhr I Tee & Smoothie
- 8.30 Uhr - 9.45 Uhr I Morning Yoga
- 10.15 - 12.00 I Brunch o'clock
- Check out bis 11 Uhr I Brunch bis ca 12.00 Uhr möglich & ein Apartment mit Bad kann anschliessend noch bis am Abend mitbenutzt werden, falls du noch etwas in Ronco verweilen möchtest.

Bitte beachte, dass es allenfalls noch kleine Schedule-Anpassungen geben kann

*Meditation, Restorative Yoga, Breathwork, Cards... lasse dich überraschen

Included

- 2 Nächte in einem traumhaft schönen, neu renovierten Apartment des Casa Pannocchia, inkl. Bettwäsche und Tücher
- Yoga & Mindfulness Einheiten mit Livia
- Tee, Smoothie, Brunch & Snacks
- Yoga Props (Bolster, Blöcke etc.)
- Eine kleine Überraschung

Not included

- Anreise / Parking | Vorschlag: Anreise mit dem Zug, Dauer von Küsnacht nach Ronco 2h, unkompliziert & staufrei
- Abendessen | wird aber organisiert / reserviert

To bring along

- Eigene Yogamatte | falls du keine hast, kontaktiere mich gerne
- Alles was dein Herz begehrt für die Zeit im Tessin | z.B. Badesachen, Bücher, Wanderschuhe

Good to know

- Das wunderschön gelegene und neu renovierte Casa Pannocchia hat kleine Apartments die alle direkt beieinander liegen. Das Herzstück des Casa Pannocchia lädt für gemeinsame Stunden ein, dort wird jeweils auch der Brunch bei traumhafter Aussicht über den Lago Maggiore genossen. Somit ist Raum für gemeinsames Verweilen genauso wie Rückzugsmöglichkeit ins eigene wunderschöne Apartment gegeben
- Je nach Teilnehmeranzahl / Wetter wird Yoga gleich vor Ort, im wunderschönen Garten oder in der 4' entfernten Räumlichkeit geübt
- Das Abendessen geniessen wir gemeinsam ebenfalls in unmittelbarer Gehdistanz
- Bitte beachte, dass die Hauptunterrichtssprache Schweizerdeutsch sein wird | Englisch, wird selbstverständlich unterstützend eingebaut, falls nötig
- Empfehlung: Komm vor deiner Anmeldung gerne einmal zu einer regulären Yogaklasse bei mir im Studio vorbei. So kannst du sehen, ob dir meine Unterrichtsart entspricht und mit dir in Resonanz geht

Price

Early Bird Preis CHF 570.— bis am 30. Juli 2023

Ab 30. Juli CHF 630.—

Preis pro Person / geteiltes Apartment

Einzelzimmer | kleiner Aufpreis (variiert je nach Apartment, bitte kurz anfragen)

Booking

Melde dich gerne wie immer online via Fotogram an | Homepage: Anmeldung & Preise

Falls du ein Einzelzimmer / Apartment wünschst, kontaktiere mich vorab, für den konkreten Preis (variiert je nach Apartment leicht)

Important

Die Anmeldung ist verbindlich*

*deinen Platz kannst du jedoch, sollte dies nötig sein, auf eine FreundIn übertragen

Das Retreat findet ab 5 Teilnehmern statt & ist auf ein Maximum von 12 beschränkt

Eine Annulationsversicherung (falls gewünscht | im Falle von Krankheit, Unfall o.ä.) ist Sache der Teilnehmenden. Wie auch sonst in den Stunden, gilt ein Haftungsausschluss.

Ausblick

Du kannst dich auf ein wundervolles Retreat mit ganz viel Liebe zum Detail freuen.

So schön, wenn ich auch dich in Ronco begrüßen darf.

Herzlich, Livia