

YOGA & GENUSS IN BECKENRIED

SAMSTAG, 30. NOV. – SONNTAG, 1. DEZ 2024

GENUSSVOLL RICHTUNG JAHRESENDE

Gönne Dir einen nährenden Kurzurlaub in Beckenried am Vierwaldstättersee. Zeit für Dich. Aufatmen und das Jahr genussvoll ausklingen lassen.



UNSER PROGRAMM (ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN)

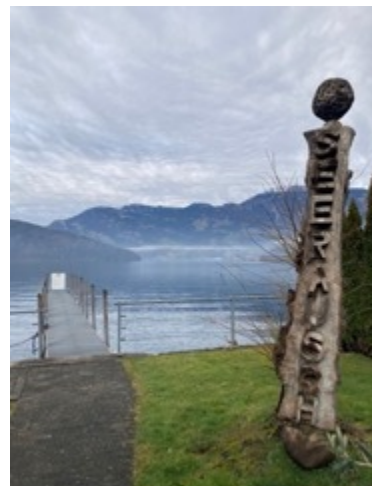
SAMSTAG, 30. NOVEMBER 2024

Für eine genussvolle Ankunft empfehlen wir dir die Anreise nach Beckenried mit dem Schiff. In gemütlichen 20 Spazierminuten ab Beckenried erreichst du das Hotel.

| | |
|---------------------|---|
| 09.12 Uhr | Schiff ab Luzern mit Ankunft Beckenried um 10.26 Uhr (Empfehlung / Fahrplanänderung vorbehalten) |
| 11.30 bis 13.00 Uhr | Ankommen und aufatmen mit einer sanften Hatha Yoga Sequenz |
| 13.00 Uhr | leichtes Mittagessen und danach Möglichkeit für Zimmerbezug (spät. 15 Uhr) |
| 15.00 bis 17.30 Uhr | Sanftes Hatha Yoga & Yin Yoga |
| 18.30 Uhr | Gemeinsames Abendessen |

SONNTAG, 1. DEZEMBER 2024

| | |
|---------------------|---|
| 7.30 bis 8.45 Uhr | Hatha Yoga & Meditation - Aufwecken und Erfrischen |
| 9.00 Uhr | Frühstück und Zimmer räumen |
| 10.30 bis 12.30 Uhr | Yoga für ein entspanntes Nervensystem |
| 13.00 Uhr | Individuelle Heimreise oder fakultatives Mittagessen |



WICHTIGE INFORMATIONEN

YOGA: KOSTEN UND INFORMATION

Dieses Wochenende ist für Menschen jeden Alters und für alle Levels geeignet. Jede/r ist herzlich willkommen. Die **Kurskosten** für das Wochenende **inkl. Seminarpauschale** betragen total **CHF 335** (plus Hotelkosten).

Nimm bitte deine eigene Yogamatte, ein eigenes Meditationskissen und eine leichte Decke mit. Solltest du kein eigenes Material haben, melde dich gerne frühzeitig bei uns. Das Wochenende findet mit einer Gruppe von min. 5 und max. 12 Teilnehmer plus Kursleitung statt.

UNTERKUNFT: KOSTEN UND INFORMATIONEN

Nach umfassender Renovierung im Jahr 2014 erstrahlt das Hotel im Retro-Chic Ambiente. Die einzigartige Lage direkt am Vierwaldstättersee und ihre einmalige Panoramakulisse, welche sich auf der Terrasse und im Restaurant bietet, sind schlichtweg atemberaubend und einzigartig schön. 41 Hotelzimmer laden zum Verweilen ein.

Bitte buche dir dein Zimmer so rasch wie möglich direkt beim:

Hotel Seerausch, Buochserstrasse 54, 6375 Beckenried
Telefon 041 501 01 31 / Mail info@seerausch.ch / www.seerausch.ch

- **Übernachtung im Einzelzimmer** CHF 180.00 / pro Person und Nacht inkl. Kurtaxe
- **Übernachtung im Doppelzimmer** CHF 132.50 / pro Person und Nacht inkl. Kurtaxe

Im Preis / Nacht inbegriffen:

- Übernachtung im Einzelzimmer oder Doppelzimmer inkl. Frühstücksbuffet
- Mittagessen Samstag (Auswahl aus verschiedenen 2 – Gang Menus) inkl. Wasser
- Abendessen Samstag (Auswahl aus verschiedenen 3 – Gang Menus) inkl. Wasser

Nicht inbegriffen sind zusätzliche Getränke zum Mittag- und Abendessen, das fakultative Mittagessen am Sonntag sowie zusätzliche nicht aufgelistete Konsumationen.

Anreise

Mit dem **Auto** erreichen Sie das Hotel SEERAUSCH via A2 Luzern/Gotthard Autobahnausfahrt Nr. 34 Buochs/Beckenried Nord. Hoteleigene Parkplätze rund um das Hotel sind vorhanden und stehen den Gästen kostenlos zur Verfügung.

Mit dem **Kursschiff** reisen sie bis Beckenried. Von der Schiffsstation Beckenried erreichen sie das Hotel in etwa 20 Minuten zu Fuss oder mit dem **Postauto** Richtung Stans, Haltestelle «Beckenried Niederdorf». Der nächst gelegene Bahnhof befindet sich in Stans. Hier gelangen Sie mit dem Bus Nr. 311 Richtung Seelisberg nach Beckenried.

ANMELDUNG UND TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Anmeldungen nehmen wir gerne via kontakt@nicoledianakaufmann.ch oder via Kontaktformular auf www.nicoledianakaufmann.ch entgegen. Anmeldungen nehmen wir gerne bis Ende Oktober 2024 entgegen. Spätere Anmeldungen können aufgrund der Zimmerkapazität nicht gewährleistet werden.

Anschliessend erhältst du eine Teilnahmebestätigung. Die Reservation ist ab dem Zeitpunkt der Anmeldung definitiv und verbindlich. Bei Rücktritt bis 3 Wochen vor Beginn des Yoga-Wochenendes werden 50% der Kursgebühren zurückerstattet bzw. erhoben. Bei einem späteren Rücktritt erfolgt keine Rückerstattung. Ein Abschluss einer Reiserücktritt-Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Bei kurzfristiger Abmeldung aufgrund von Krankheit ist ein Arztzeugnis vorzuweisen, ansonsten behalten wir uns vor, die vollen Kurskosten in Rechnung zu stellen.

Stornobedingungen Hotel: gemäss Hotelbestätigung

Es wird eine gute Gesundheit und stabile psychische Verfassung vorausgesetzt. Die Teilnehmerin/der Teilnehmer nimmt selbstverantwortlich teil und verpflichtet sich die Kursleitung über evtl. physische und/oder psychische Beeinträchtigungen zu informieren.

Für das Yoga-Wochenende schliessen wir jegliche Haftung für entstandene Schäden aus. Du bist für eine ausreichende Versicherungsdeckung verantwortlich. Für Diebstahl und Verlust von Gegenständen können wir nicht haftbar gemacht werden. Es ist in jedem Fall Sache der Teilnehmer/innen über eine ausreichende Reise-, Kranken- und Unfallversicherung zu verfügen.

KURSLEITUNG UND FRAGEN

Nicole Diana Kaufmann
Dipl. Yogalehrerin YCH / EYU
Yoga, Yin Yoga, Yoga Nidra, Neuro Yoga® / NSTI®
Heilarbeit & Klangmassagen
Telefon: 079 379 71 04
Mail: kontakt@nicoledianakaufmann.ch
www.nicoledianakaufmann.ch

Romana Schertenleib Schmidiger
Dipl. Yogalehrerin YCH / EYU
Yoga, Yin Yoga, Yoga Nidra
Telefon: 079 365 55 86
Mail: kontakt@zwischenraum-luzern.ch
www.zwischenraum-luzern.ch

