

# YOGA & WANDERN

**MELCHSEE-FRUTT**

20.07. - 21.07.24

24.08. - 25.08.24



KOMM MIT AUF DIE MELCHSEE-FRUTT  
IN DEN OBWALDNER ALPEN.

Verbinde dich mit der Energie der imposanten  
Berglandschaft und öffne deinen Blick  
für die Schönheit der Natur. Spüre die Ruhe  
des Yoga und nutze die Kraft der Berge.



# PROGRAMM

- Anreise **Treffpunkt 08:30 Uhr Talstation Stöckalp**
- Bahnfahrt Stöckalp – Melchsee-Frutt
- Start 1. Teil Wanderung
- Yogasequenz draussen (je nach Wetter)
- Mittagspause
- 2. Teil Wanderung
- Gemeinsames Abendessen

# PROGRAMM

- Morgensequenz Yoga (draussen/je nach Wetter)
- Gemeinsames Frühstück
- Wanderung
- Abreise ca. 16:00/17:00 Uhr

## **ÜBERNACHTUNG:**

Berggasthaus Tannalp auf Melchsee-Frutt  
im Doppelzimmer mit Etagendusche/WC  
inkl. Halbpension

<https://www.tannalp.ch/gasthaus.html>

## **KOSTEN WEEKEND:**

CHF 320.- inkl. Übernachtung mit HP  
exkl. Bahnfahrt Stöckalp - Melchsee-Frutt

**ANMELDUNG PER E-MAIL AN: [m@montaluna.yoga](mailto:m@montaluna.yoga)**

Bei der Reservation ist eine Anzahlung von 50% zu leisten, damit dein Platz definitiv reserviert ist. Der Restbetrag ist bis eine Woche vor dem Event fällig.

Durchführung: min. 5 Teilnehmer / max. 10 Teilnehmer

(Bitte teile mir mit Vegi ja/nein)

Stornierungen sind bis zum 11.07.24 für das erste Weekend (20.07-21.07.24)  
resp. bis zum 14.08.24 für das zweite Weekend (24.08.-25.08.24)  
kostenlos möglich.

Anschliessend werden 50% der Kosten verrechnet!

**Versicherung ist Sache des Teilnehmers, es wird jegliche Haftung abgelehnt!**



## **ALLGEMEINE INFOS**

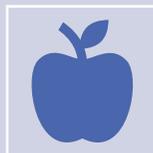


Das Yoga-Weekend findet bei jedem Wetter statt, bitte gute und dem Wetter entsprechende Kleidung mitnehmen. (auch für Regen oder Kälte).

Das beschriebene Programm wird falls nötig situativ dem Wetter angepasst.



Bei Bedarf kann zusätzliches Gepäck in der Talstation bei der Bahn abgegeben werden und wird direkt zur Tannalp transportiert.



Lunchpaket für den Sonntag ist auf Anmeldung auf Tannalp erhältlich, alternativ bitte Verpflegung für am Mittag selbst mitnehmen.

## PACKLISTE:

- Rucksack mit Wanderkleider
- Trekking oder Wanderschuhe
- Regenjacke und warme Jacke oder Pulli
- Handschuhe / Stirnband / Kappe / Mütze
- Sonnenbrille / Sonnencreme
- evtl. Stöcke
- Yogamatte oder Tuch
- Wechselkleider etc.
- Verpflegung Lunch

Ich freue mich sehr auf ein aktives und  
entspanntes Wochenende mit dir!

Herzlich, Michèle

