

1-3.11.2024

Japanisches Yoga Japonais



Retraite d'automne

Herbst Rückzug

Les 7 lois de l'Univers

Die 7 Gesetze des Universums

Santé, Bien-être et Progrès

Gesundheit, Wohlbefinden und Fortschritt

Vendredi | Freitag

avec | mit **Eric Graf**

18:00 : Arrivée - collation | Ankunft - Mahlzeit

19:30 - 21:00 : Session 1

Samedi | Samstag

7:00 - 8:00 : Méditation (opt.)

Petit-déjeuner | Zmorge

9:45 - 12:00 : Session 2

Repas de midi | Mittagessen

15:00 - 17:30 : Session 3

Souper | Abendessen

20:00 - 21:00 Session 4

Dimanche | Sonntag

7:00 - 8:00 : Méditation (opt.)

Petit-déjeuner | Zmorge

9:45 - 12:00 : Session 5

Repas de midi | Mittagessen

14:00 Fin | Ende



Inscription : yoga-japonais.ch | Anmeldung : yoga-japonais.ch

Jusqu'au 15 octobre au plus tard | bis spätestens 15. Oktober

Lieu | Ort Gibelegg Haus, 1021 m

Plötschweid 23, 3099 Rüti bei Riggisberg

Prix | Preis 300 CHF pension complète | Vollpension

membre ESYJ | Mitglied SSYJ : CHF 285



eric.graf@yoga-japonais.ch | 079 691 19 18