

12.
Jun 2025

Achtsamkeits- & Energiearbeit im Hotel Damülser Hof - Wellness & Spa

🕒 Donnerstag 15:00 Uhr

Im Urlaub geht es darum, wieder Kraft für zu tanken und einen Ausgleich zum Alltag zu finden.
Am besten gelingt das in einer wunderbaren Umgebung bei einer Yoga- oder Meditations-Einheit (bei Schönwetter auch im Freien).
Egal ob Anfänger oder Fortgeschritten – für alle TeilnehmerInnen ist hier das Richtige dabei!

Beschreibung

Im Urlaub geht es darum, wieder Kraft für zu tanken und einen Ausgleich zum Alltag zu finden.
Am besten gelingt das in einer wunderbaren Umgebung bei einer Yoga- oder Meditations-Einheit.

Egal ob Anfänger oder Fortgeschritten – für alle TeilnehmerInnen ist hier das Richtige dabei!

Zeiten Dienstag: 15.00 Uhr Full Body Stretch, 16.00 Uhr "KINOGE", 17.00 Uhr Progressive Muskelrelaxation

Zeiten Donnerstag: 15.00 Uhr "KINOGE", 16.00 Uhr Progressive Muskelrelaxation, 17.00 Uhr Gesunder Rücken & Hüften

Ein kurzer Anruf zur Vorreservierung genügt. Unsere professionelle Trainerin freut sich auf dich!

Termine: ab 24.12.2024

Wochentage: Dienstag und Donnerstag

Uhrzeit: 15.00 / 16.00 / 17.00 Uhr

Kosten: 15€ pro Einheit oder 5er-Block um 60€

Anmeldung: bis zum Vortag unter: +43 (0) 5510 -210

Treffpunkt: Rezeption Hotel Damülser Hof



Veranstaltungsort

Hotel Damülser Hof - Wellness & Spa

Damüls 147

6884 Damüls

(+43) 5510 210

hotel@damuelserhof.at

<https://www.damuelserhof.at> ↗



Veranstalter

Hotel Damülser Hof - Wellness & Spa

Damüls 147

6884 Damüls

(+43) 5510 210

hotel@damuelserhof.at

<https://www.damuelserhof.at> ↗

Weitere Termine

Datum

12.06.2025

17.06.2025

19.06.2025

Uhrzeit

15:00 Uhr

15:00 Uhr

15:00 Uhr

Datum	Uhrzeit
24.06.2025	15:00 Uhr
26.06.2025	15:00 Uhr
01.07.2025	15:00 Uhr
03.07.2025	15:00 Uhr
08.07.2025	15:00 Uhr
10.07.2025	15:00 Uhr
15.07.2025	15:00 Uhr