



YOGATAG IM LOISIUM

Yogalehrerin Monika Gruber

TERMINE:

24.MAI 2025 9:00-18:30

**STÄRKUNG UNSERER HERZENENERGIE
FÜR MEHR LEBENSFREUDE**

4.OKT. 2025 9:00 - 18:30

**REINIGUNG UND STÄRKUNG DER
KÖRPERMITTE**

29.NOV. 2025 9:00 - 18:30

ANHEBUNG DER SCHWINGUNGSFREQUENZ

PREIS*: € 120

**FRAGEN ODER ANMELDUNG UNTER
MAG. MONIKA GRUBER
(+43) 0660/65 07 653**

**WEITERE INFORMATIONEN UNTER
WWW.MOVE-AND-RELAX.AT**





YOGATAG

Yoga Meditation Wellness

Hotel Loisium Langenlois

Programm:

9:30-11:00

Chakra-Yoga mit Pranayama,
Asanas

11:00-16:30

Entspannung im Spabereich des
Loisium (beheizter Außenpool,
Sauna, Infrarot, Dampfbad,
Ruheräume, Badeteich)

16:30-18:30

sanfte Übungen aus dem Chakra-
und Yin-Yoga,
Heilmeditation
Tiefenentspannung und Mantras

Ruhe finden

*MASSAGEN, TREATMENTS UND
VERPFLEGUNG GEGEN GEBÜHR