



CHIVA SUN

Brione s/Minusio

Yoga, Breathwork, Meditation & individuelle Workshops – Incentive für Gruppen (private oder Firmen)

Am Morgen starten Sie mit einem revitalisierenden Yoga-, Pranayama- und Meditationserlebnis an einem der schönsten Orte im Tessin, wo Sie den Blick über den Lago Maggiore bis nach Italien schweifen lassen können. Hier, im CHIVA SUN Holistic Healing Center & Spa, kann man sich begegnen, austauschen, entwickeln, regenerieren und neue Energie tanken. Gönnen Sie sich als Team eine Auszeit inmitten der Tessiner Natur. Dieser Kraftort liegt gleich oberhalb von Locarno, im Zentrum des Dreh- und Angelpunktes zwischen Norden und Süden. Im Norden, wo das Wasser aus den Bergen sich den Weg in den Lago sucht und im Süden der Lago Maggiore, der das Wasser auffängt und sammelt. Eingebettet im mediterranen Garten liegt das ganzheitliche Healing Center mit seiner spektakulären Yoga Sala und einem umfassenden Angebot.

Gabriela Ghenzi und ihr qualifiziertes Team führt Sie achtsam durch eine Yogaerfahrung, die Sie auf den Ebenen Körper, Seele und Geist ausbalanciert. In der anschliessend geführten Meditation wird ein Thema aufgegriffen, welches sich aus den Bedürfnissen der Gruppe ergibt.

Nach einem vegetarischen Lunchbuffet, mit gesunden Köstlichkeiten der Region, steht eine wohltuende Massage oder Gesichtsbildung nach Wahl auf dem Programm. Gleichzeitig besteht die Möglichkeit, die Gruppendynamik zu fördern (speziell auch für Firmen). Dazu können Workshops zu unterschiedlichen und auch individuellen Themen behandelt werden. Wunschthemen werden gerne aufgenommen und können im Voraus angemeldet und besprochen werden. Auch besteht die Möglichkeit, diese Zeit für spezifische Trainings oder Workshops zu nutzen.

Programm

09:00	Ankunft und Begrüssung der Gruppe
09:30	Yoga Class mit Gabriela Ghenzi
10:30	Pause mit einer kleinen Erfrischung
11:00	Breathwork & Meditation (Workshop)
12:00	Vegetarisches Lunchbuffet
Gruppe 1	
13:00 – 14:00	Massage oder Facial Treatment für 3 Personen
14:15 – 15:15	Massage oder Facial Treatment für 3 Personen
15:45 – 17:15	*Workshop (Thema nach Wahl* oder individuell)
Gruppe 2	
13:15 – 14:45	*Workshop (Thema nach Wahl oder individuell)
15:30 – 16:30	Massage oder Facial Treatment für 3 Personen
16:45 – 17:45	Massage oder Facial Treatment für 3 Personen





CHIVA SUN

*mögliche Workshopthemen (fakultativ):

- Ein Leben in Balance
- Bereichernde Beziehungen
- Ein erfolgreiches Leben
- Gesund alt werden
- Ganz Frau sein
- Ein erfolgreiches Team
- Individuelle gruppenspezifische Themen

Kosten pro Person: CHF 290 Morgenprogramm, 60 Min. Behandlung, Lunchbuffet
CHF 120 zusätzlich für Workshop via CHIVA SUN

Sprache: deutsch und englisch

Voraussetzungen: Teilnahme ist möglich für Yoga Anfänger und Fortgeschrittene

Teilnehmerzahl: Mindestens 6 Personen, maximal 12 Personen

Anmeldung: Persönlich im CHIVA SUN, Tel. 091 744 62 72,
E-Mail info@optilution.ch oder online www.optilution.ch

AGB: Es gelten die allgemeinen Bedingungen
(www.optilution.ch).

