

Bijdrage per week Dolomieten 2018

tweepersoonskamer met douche in de kamer 975€
volwassen in familiekamer (3-4 bedden, gemeenschappelijke douche/bad) 875€
kind in familiekamer 6-15 jaar 275€
kind in familiekamer onder 6 jaar 150€
korting voor gezinnen van minimum 4 personen -10%
toeslag eenpersoonskamer 200€ - Korting vroege vogel 50€ (aanbetaling voor 15 oktober 2017) of 30€ (voor 31 december 2017).
Aantal plaatsen beperkt. Een plaats reserveren doe je door 200€ over te schrijven op de rek. nr.: IBAN BE02 5230 8066 1740 – BIC TRIOBEBB
Een familiekamer reserveer je door 300€ over te schrijven voor het hele gezin.

Inschrijven en Info bij Soma vzw:

yogasoma@icloud.com of info@yogasoma.be
of bel Marianne op +32 (0) 477 42 83 78

Meer info met de foto van de winter yogaweek van 2017 vind je op onze site: www.yogasoma.be



www.yogasoma.be

Winter - Yoga - Natuur Yogaweken in de Dolomieten (Italië)



11-18 februari 2018
Het menselijk hart en de 5 natuurelementen:
aarde, water, vuur, lucht en ether
&
18-25 februari 2018
Een reis door de chakra's

met Alberto Paganini en het Yoga Soma team

Een boeiende, intense en tegelijk ontspannende week in een mooie sfeer met hartelijk gezelschap in een prachtige locatie met lekkere gezonde bio-veganistische maaltijden.

Open voor iedereen met yoga-ervaring, van beginner tot gevorderde. Ruim aanbod van verschillende lessen, binnen en buiten activiteiten en natuurbeleving. Wintersport mogelijk.

Elke dag is in het teken van een element (eerste week) of een chakra (tweede week).

YOGA SOMA



- 🧘 **Verschillende yoga-activiteiten binnen en buiten: Prana Yoga Flow, Hart Yoga, Yin Yoga, Yoga Nidra, klankschalen, deblokkerende oefeningen voor bekken, onderrug, schouders en nek, yoga met bomen en de natuurelementen, Pranayama, meditaties, Mudra's, breathing circle**
- 🧘 **Prachtige wandelingen (tot op 2265 mt), zonsopgang en -ondergang meditaties, tijd voor natuur beleving in de ongerepte inspirerende natuur van de bergen in de Dolomieten, sneeuw, zon, wintersport mogelijk.**
- 🧘 **Bio gezonde vegan voeding**
- 🧘 **Zingen, spelen, stilte, kampvuur, vision quest en andere leuke verrassingen**