



# YOGA MIT NICOLE



Montag

Dienstag

Mittwoch

8:30 – 9:30 Uhr Good Morning Yoga	8:30 – 9:30 Uhr Good Morning Yoga	8:30 – 9:30 Uhr Good Morning Yoga
		15:30 – 16:30 Uhr Kids Yoga
17:00 – 18:00 Uhr Après-Ski-Yoga	17:00 – 18:00 Uhr Après-Ski-Yoga	17:00 – 18:00 Uhr Après-Ski-Yoga

Donnerstag

Freitag

Sonntag

8:30 – 9:30 Uhr Good Morning Yoga	8:30 – 9:30 Uhr Good Morning Yoga	8:30 – 9:30 Uhr Good Morning Yoga
	15:30 – 16:30 Uhr Kids Yoga	
18:00 – 19:00 Uhr Après-Ski-Yoga	17:00 – 18:00 Uhr Après-Ski-Yoga	17:00 – 18:00 Uhr Après-Ski-Yoga

## GOOD MORNING YOGA

Diese Yogaeinheit weckt Körper und Geist mit sanften Bewegungen und tiefer Atmung  
– für einen frischen, energiereichen Start in den Tag.

## APRÈS-SKI-YOGA

Nach einem langen Tag auf der Piste eignet sich Après-Ski-Yoga hervorragend, um mit einer sanften Trainingseinheit wieder zur Ruhe zu finden.

*Unsere Yoga-Einheiten sind für alle Levels geeignet.*

*Zusätzlich können jederzeit private Yoga-Stunden mit Nicole – abgestimmt auf Ihre Wünsche – bei unserem Rezeptionsteam gebucht werden.*