

Raus aus der Vorweihnachtshektik und die Seele baumeln lassen! Frische Bergluft, die Natur genießen, Bewegung/Sport, leckeres Essen, wellnesen, meditieren, abschalten und den Aufenthalt genau so gestalten, dass es für DICH stimmt!



8sam Mountain Retreat

22. BIS 24. NOV. 2024

Im Eiger Mountain & Soul Resort, Grindelwald

*Kontakt und Leitung: Katia Brin
Inhaberin und Trainerin von
8sam Training & Coaching in MuttENZ
info@8sam-studio.ch, 076 506 55 66
www.8sam-studio.ch/mountain-retreat*





ab CHF 548

IM PREIS INBEGRIFFEN:

- 4 Pilates-Trainings* à 60 Min., gefolgt von einer Meditation
- 2 Übernachtungen mit HP (reichhaltiges Frühstücksbuffet, am Abend 3-Gang-Menü aus der Retreat-Karte, inkl. Wasser)
- Welcome Drink
- Kaffee & Kuchen am Nachmittag
- Swissness Minibar und Kaffee/Tee im Zimmer
- Nutzung des Wellness- und Fitnessbereichs
- Gästekarte Grindelwald

**Die Pilates-Trainings eignen sich gleichermassen für Anfänger/innen und Fortgeschrittene.*

Anreise: auf eigene Faust

Anzahl Teilnehmende: Mindestens 6, maximal 12 Personen

*Anmeldung bis spätestens 27. Oktober 2024
per E-Mail an info@8sam-studio.ch oder per online Formular auf
www.8sam-studio.ch (QR-Code auf der Vorderseite)*

