



KRAFTTAGE IN DEN BERGEN

Auffahrt 14.-17. Mai 2026

FTAN - UNTERENGADIN



**GENIESSE EIN WOCHENENDE IN DEN BERGEN UND
TANKE KRAFT IN DER NATUR, BEI YOGA &
MEDITATION UND LASS DICH KULINARISCH
VERWÖHNEN.**

IRINA SCHUMACHER
Ganzheitlicher Coach für Persönlichkeitsstärkung,
Yoga- & Achtsamkeitstrainerin

WWW.IRINASCHUMACHER.CH

PROGRAMM

Donnerstag

- Ankunft ca. 18 - 19 Uhr
- Abendessen ca. 19 Uhr

Freitag

- Meditation & Morgenyoga
- Frühstück
- Frühlingsswanderung
- Zvieri
- Nachtessen

Samstag

- Meditation & stärkendes Morgenyoga
- Frühstück
- freie Zeit (Wandern, Baden, Lesen etc.)
- Nachtessen
- Special Meditation

Sonntag

- Meditation & stärkendes Morgenyoga
- Brunch und Abschlussrunde
- Check out ca. 12 Uhr



UNTERKUNFT IN EINEM 300-
JÄHRIGEN ENGADINERHAUS





NOSTALGIE



YOGA/MEDITATION

PREISE & ANMELDUNG

Retreat mit Einzelzimmerbenutzung

940.-

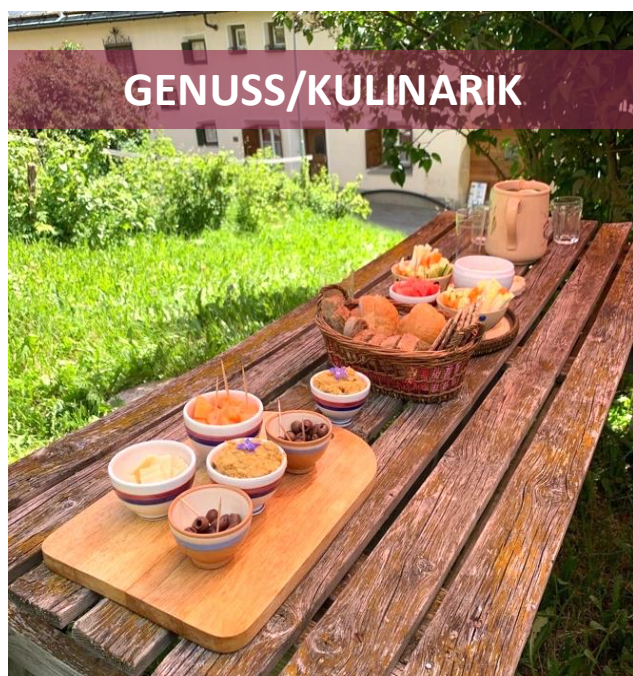
Retreat mit Doppelzimmerbenutzung

840.-

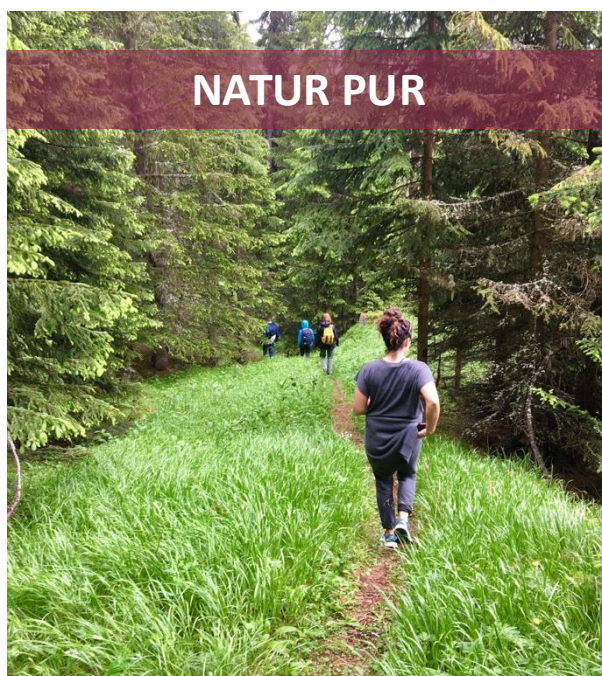
Dusche, Toilette auf dem Gang.

Anmeldung und Fragen unter: info@irinaschumacher.ch
oder direkt: 078 644 72 24

Allgemein mehr Infos: www.irinaschumacher.ch



GENUSS/KULINARIK



NATUR PUR