

# Revitalize yourself.

#beck2you

Villa Vitalis Medical Health Resort  
Revitalplatz 1 | 5252 Aspach | Oberösterreich  
Tel.: +43 (0) 7755/21001  
office@villa-vitalis.at | www.villa-vitalis.at



# YOGA

## in der Villa Vitalis

Die kalte Jahreszeit ist eine gute Zeit, um mit Yoga Kraftdepots zu füllen und Energie zu tanken. Gemeinsam mit **Yoga- und Mentaltrainerin Mag. Stephanie Doms** haben wir für Sie drei besondere Angebote zusammengestellt:

### YOGA Woche „Meine Auszeit“

Gönnen Sie sich eine Pause und genießen Sie neben den zahlreichen Kulinarik-, Wellness- und Gesundheitsangeboten der Villa Vitalis auch zwei exklusive Yoga-Einheiten täglich. Jeweils morgens und abends entspannen Sie mit Körper-, Atem- und Meditationsübungen, dazwischen gestalten Sie den Tag ganz nach Ihren Wünschen. Die Dauer Ihrer Auszeit bestimmen Sie: Von Day Spa bis zur Wochenbuchung ist alles möglich.

**Termin: MO., 07.10. - SO., 13.10. 2019**

### Preis Yoga Woche:

Kurs inkl. 6 ÜN im EZ EUR 1.500,00 p.P.  
inkl. Vitalis Pension, Vitalis Inklusivleistungen  
**im Preis inbegriffen:** 2 Yoga-Einheiten à 75 min/  
Tag | 1 AlphaSphere | 1 Stoffwechselanalyse CRS®  
1 Vitalis Massage | 1 Klangschalenmassage  
1 Kräuterstempelmassage | 1 Regulat Beauty  
Anti Age

Gestalten Sie Ihren Aufenthalt wie Sie es möchten: Gerne erstellen wir Ihnen ein individuelles Angebot.  
Yoga Einheiten können auch einzeln gebucht werden.

**TIPP!**

### YOGA Wochenende „Energie im Fluss“

Bringen Sie Körper und Geist in Schwung und aktivieren Sie Ihr Kraftpotential, um herausfordernde Phasen erfolgreich zu meistern und um Ihrem Alltag wieder mit mehr Energie und Freude zu begegnen.

**Termin: FR., 01.11. - SO., 03.11.2019**

### YOGA Wochenende „Stress lass nach“

Abschalten und auftanken: An diesem Wochenende kehren Sie mit Yoga zurück zur Ruhe und Gelassenheit. Auf Wunsch können Sie Ihr Smartphone beim Check-In an der Rezeption abgeben und ein Wochenende gänzlich offline genießen.

**Termin: FR., 13.12. - SO., 15.12.2019**

### Preis Yoga Wochenenden:

Kurs inkl. 2 ÜN im EZ EUR 550,00 p.P. inkl. Vitalis Pension, Vitalis Inklusivleistungen und 1 AlphaSphere

Kurs ohne ÜN EUR 250,00 p.P. inkl. Mittagessen, Snacks und Getränke, Nutzung Wellnessbereich und 1 AlphaSphere

Informationen und Reservierung unter  
**Tel. +43 (0) 7755/21001**  
Alle Details zum Ablauf finden Sie unter  
[www.villa-vitalis.at/packages](http://www.villa-vitalis.at/packages)

