

Yoga auf dem Niesen

Das Sonnenaufgangs-Arrangement der Niesenbahn wird am 2./3. September 2021 zu einem speziellen Yoga-Erlebnis!

Eine kleine Auszeit vom Alltag auf 2'362 m ü. M. – die perfekte Verbindung für Körper, Geist & Seele

Nach Anreise am Donnerstag mit der historischen Niesenbahn, erwartet die Teilnehmer und Teilnehmerinnen kurz vor dem Sonnenuntergang eine entschleunigende Yogapraxis, um anzukommen und abzuschalten. Bei schönem Wetter findet die Yogastunde auf dem Gipfel statt, wo man einen fantastischen Panoramablick auf die umliegende Bergwelt und den Thunersee geniessen kann.

Am Freitag starten die Teilnehmer und Teilnehmerinnen kurz vor Sonnenaufgang mit einer aktivierenden Yogastunde in den Tag. Die Aussicht vom Gipfel auf die aufsteigende Sonne ist unbeschreiblich schön und macht dieses Erlebnis einzigartig.

Bei schlechtem Wetter finden die Yogasessions im Pavillon des Berghauses statt, von wo aus man ebenso einen einmaligen Ausblick geniessen kann.

Im Arrangement inbegriffen:

- Berg- und Talfahrt mit der historischen Niesenbahn
- Nachtessen (Fondue Rustique mit Vegi-Variante)
- Übernachtung im Doppelzimmer (oder zur Alleinbenützung)
- Reichhaltiger Niesen-Brunch
- 1.5 Stunden entschleunigendes Yoga am Abend und 1.5 Stunden aktivierendes Yoga bei Sonnenaufgang
- Yoga-Matten & Blöcke können bestellt werden

Zu diesem Yoga-Erlebnis sind alle herzlich willkommen! Egal ob Anfänger oder fortgeschrittene Yogis / Yoginis.

Mehr Informationen zum Arrangement unter:

<https://www.niesen.ch/de/erlebnisse/yogaaufdemniesen/>

Die Yogalektionen werden von Fabienne Egli von Wild Moon Yoga durchgeführt.

Mehr zu Fabienne Egli von Wild Moon Yoga:

<https://wildmoonyoga.ch/>