



## **Nia-Wochenende mit Wandern, Entspannen und Geniessen in Feldis**

**8. – 10. Juli 2022**

**Berghotel Sternhaus Feldis/Veulden/GR**  
**[www.berghotelsterna.ch](http://www.berghotelsterna.ch)**

Individuelle Anreise am Freitag.  
Gemeinsames tanzendes Ankommen um 17.30 Uhr.  
Ab 18.30 Uhr Apéro, um 19 Uhr gemeinsames Nachtessen.

Den Samstagmorgen beginnen wir mit einer halbstündigen meditativen Einstimmung.  
Nach dem Frühstück wandern wir zur Feldiser Skihütte zum Mittagessen. Auf dem Weg dahin tanzen wir in der Natur – mit der Natur – den Tai Ji Tanz der 5 Elemente. Alternativ kann mit der Sesselbahn auf die Ebene gefahren werden.

Am späteren Nachmittag werden wir das Tagesprogramm mit Nia abschliessen.

Meditative Einstimmung am Sonntagmorgen. Nach dem Frühstück tanzen wir Nia. Anschliessend machen wir uns auf den Weg zu einer Wanderung und verpflegen uns unterwegs in der Natur. Das Lunchpaket wird uns vom Hotel bereitgestellt. Es besteht auch die Möglichkeit, einen Spaziergang auf dem Blumenweg oder in der Umgebung von Feldis zu wählen.

Während diesen zwei Tagen bleibt auch Zeit für sich selber, um die wunderbare Gegend von Feldis zu geniessen und/oder sich in der Sauna oder im Hotpot zu verwöhnen. Eine Erfrischung bietet der Wasserfall mit kleinem Naturpool neben dem Hotel.

Vielleicht ist es auch einfach stimmig nur zu ruhen an diesem wunderbaren Kraftort.

Rückreise am Sonntag ab 16 Uhr oder nach individuellem Bedürfnis.  
Eine Verlängerung bis Montag, 11. Juli, ist möglich.

Es stehen verschiedene Zimmer und Preise zur Verfügung:

Doppelzimmer, WC/Dusche im Zimmer:	Fr. 405.--	Zusatznacht mit Frühstück: Fr. 105.--
Einzelzimmer, WC/Dusche im Zimmer:	Fr. 525.--	Zusatznacht mit Frühstück: Fr. 165.--
Doppelzimmer, Etagen-WC/Dusche:	Fr. 335.--	Zusatznacht mit Frühstück: Fr. 90.--
Einzelzimmer, Etagen-WC/Dusche:	Fr. 415.--	Zusatznacht mit Frühstück: Fr. 130.--
Einzelzimmer klein, Etagen-WC/Dusche:	Fr. 335.--	Zusatznacht mit Frühstück: Fr. 90.--

Die Preise verstehen sich pro Person für zwei Nächte.

Inbegriffen ist der Welcome Apéro, 1x Vollpension, 1x Halbpension. Quellwasser, Kaffee/Tee à discretion, Kuchen am Nachmittag, Taxen.

Die Verteilung der Zimmer erfolgt nach Anmeldung.

Seminarpauschale: Fr. 160.—.

Nicht inbegriffen:

Individuelle An-Abreise, Sesselbahn, Mittagessen in der Feldiser Skihütte, Hotpot, Sauna.

Abendessen am Sonntagabend, das im Hotel Sterna oder in einem Restaurant im Dorf eingenommen wird.

Das Programm wird nach Wind und Wetter flexibel gestaltet.

Es sind keine Nia-Kenntnisse nötig.

Anmeldung über [www.eliane-fischer.ch](http://www.eliane-fischer.ch)

