

Lindy Hop / Yoga / Wandern

Wildhaus / Toggenburg
Fr 20. Okt. – So 22. Okt. 2023

Bodyflow



Lass dich verzaubern von der wunderschönen Umgebung und dem Blick vom Hotel direkt auf die Churfirsten-Bergkette. Tauche ein in die Welt des Lindy Hop. Dieser Tanzstil gilt als ursprünglicher Swing-Tanz aus den 30iger Jahren und ist als Vorläufer von Jive und Boogie-Woogie bekannt. Nutze die ideale Gelegenheit, in die Tanzwelt einzutauchen, einen neuen Tanzstil zu erlernen, oder zu vertiefen. Lindy Hop ist ein sehr freudvoller Swing-Tanz. Die Workshops sind für Paare und Einzelpersonen geeignet. Freue dich auf eine Auszeit, die dich beflügelt.

Lindy Hop, Grundstufe

- Workshop I: Lindy Hop - Grundkenntnisse
Workshop II: Lindy Hop - Aufbau Grundkenntnisse
Workshop III: Lindy Hop - Vertiefung

Yoga

für Tiefenentspannung und optimale Regeneration für Körper, Geist und Seele

Programm Fr

- 13.00 – 15.30 Begrüssung / Tanzworkshop I
18.15 – 19.30 Nachtessen
20.00 – 21.30 Entspannungs-Yoga

Programm Sa

- 08.15 – 09.15 Frühstück
09.30 – 11.30 Tanzworkshop II
12.15 – 13.30 Mittagessen
14.00 – 16.30 gemeinsames Wandern
18.15 – 19.30 Nachtessen danach freies Tanzen

Programm So

- 08.15 – 09.15 Frühstück
09.30 – 11.30 Tanzworkshop III
12.15 – 13.15 Mittagessen
13.30 – 15.00 Entspannungs-Yoga / Verabschiedung

Preis: Hotel mit VP und Kurs pro Person

- CHF 780.- / EZ Frühbucherrabatt bis 31.06.23 CHF 740.-
CHF 730.- / DZ Frühbucherrabatt bis 31.06.23 CHF 690.-

Inklusiv

Wasser / Tee / Kaffee / Früchte den ganzen Tag

Buchungsanfrage und Infos

Mathias Hischier I +41 (0)79 342 68 47 I info@tanz-freiheit.ch I www.tanz-freiheit.ch
Beatrix Bucher I +41 (0)79 482 30 23 I info@body-flow.ch I www.body-flow.ch

