

Programm TanzFlussStunden 24. bis 27. Oktober 2024



Donnerstag 24. Oktober

Ankunft und Zimmerbezug
Begrüssungsrunde mit kleinem Apéro
Einstimmung & Tanzimprovisation
Modern Dance mit FaszienYgoaFlow
Gemeinsames Abendessen

14:30 Taufers St. Johan
15:00 Hotel & SPA Tuberis
15:40-16:55 Gemeindesaal Taufers
17:00-18:15 Gemeindesaal Taufers
19:00 Restaurant Hotel & SPA Tuberis

Freitag 25. Oktober

Spaziergang in der Stille mit Martina
Gemeinsames üppiges Frühstücksbuffet
Tanzimprovisation mit Denise
Modern Dance mit FaszienYogaFlow, Martina
Zeit für Dich
Gemeinsames Abendessen
SchlafWohlYoga mit Meditation (fakultativ)

07:00 Treffpunkt Hoteleingang
08:15 Restaurant Hotel & SPA Tuberis
10:00-11:15 Gemeindesaal Taufers
11:30-13:00 Gemeindesaal Taufers
13:00-19:00 Wellness, lesen, erholen, sein
19:00 Restaurant Hotel & SPA Tuberis
21:30-22:00 Gemeindesaal Taufers

Samstag 26. Oktober

SlowMorningFlow (fakultativ)
Gemeinsames üppiges Frühstücksbuffet
Spaziergang im Münstertal mit Waldbaden &
Tanzen in der Natur (wetterabhängig)
Zurück ins Hotel
Zeit für Dich
Gemeinsames Abendessen
SchlafWohlYoga mit Meditation (fakultativ)

07:00-08:00 Gemeindesaal Taufers
08:15 Restaurant Hotel & SPA Tuberis
10:00 Treffpunkt Hoteleingang
mit Denise & Martina
ca. 15:00 Münstertal
ca. 15:30-19:00 Wellness, lesen, sein
19:00 Restaurant Hotel & SPA Tuberis
21:30-22:00 Gemeindesaal Taufers

Sonntag 27. Oktober

Spaziergang in der Stille (fakultativ)
Gemeinsames üppiges Frühstücksbuffet
Achtsame Tanzimprovisation
YogaFlow & Modern Dance
Ausklang mit kleinem Präsent
Imbiss im Restaurant Tuberis (fakultativ)
und individuelle Heimreise

07:00 Treffpunkt Hoteleingang
08:30 Restaurant Hotel & SPA Tuberis
10:00-11:15 Gemeindesaal / Draussen
11:30-13:15 Gemeindesaal / Draussen
13:15-13:30 Gemeindesaal / Draussen
13:30
14:17 Bus ab Taufers St. Johann



Programmänderungen / -anpassungen vorbehalten