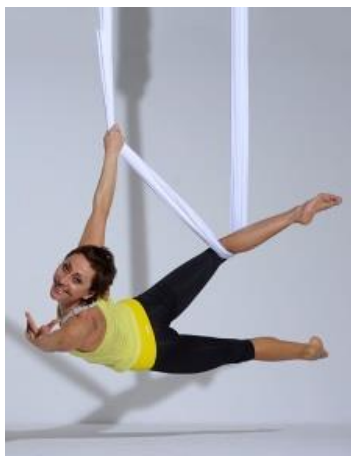




# „AERIAL YOGA“ BY CLAUDIA LEDERER

IM ZEITRAUM VOM 18.11.2018-23.11.2018



## Claudia Lederer

Nach vielen Jahren als Personal Trainer für Aerobic und Fitness stieß ich 1997 eher zufällig auf Yoga, seither beschäftige ich mich intensiv mit seinen unterschiedlichen Stilrichtungen. Seit 2003 unterrichte ich ausschließlich Yoga. Um für meinen Yoga-Unterricht stets höchste internationale Standards zu gewährleisten, besuche ich kontinuierlich Fortbildungen und Workshops; seit November 2012 bin ich auch lizenzierte Anti Gravity Instruktorin (NY). All mein Wissen, meine Begeisterung und Erfahrung aus über zehn Jahren Yoga-Unterrichtspraxis und vielen Jahren im Fitnessbereich vereine ich in meiner neuen Passion, dem Free Floating Aerial Yoga – einer einzigartigen Methode des Aerial Yoga, die auf einem gut durchdachten Konzept mit ausgesuchten Asanas, speziellem Stunden-Aufbau und besonderen Übungssequenzen basiert.

## Die Inklusivleistungen:

- **5 Nächte** inklusive **tägliche GOLDBERG-Kulinarik** mit feinen Genüssen am Morgen, Nachmittagsjause und feinen Gourmetmenüs am Abend
- **inklusive den Yogaretreats**
- Zugang zum **GOLDBERG Natur-Spa** mit Infinity-Pool, Saunalounge, neuem GOLD.STOLLEN und unserem Spa-Garten mit Naturbadesee und Kneippbach
- Zugang zum **GOLDBERG Fitness** mit Panoramablick
- **Gastein Card** mit vielen Mehrwerten für Ihren Urlaub im Salzburger Land inmitten der Alpen

**Preise für 5 Nächte:** € 1145,00 pro Person zur Alleinbenützung im Studio S Superior  
€ 920,00 pro Person zur Doppelbelegung im Studio M/ L

## Zusatzinformationen:

- \*\* Das Retreat findet ab 6 Teilnehmern statt
- \*\* eine kostenlose Stornierung ist nicht möglich
- \*\* 6 Wochen vor Retreatbeginn kann die Veranstaltung aufgrund von zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt werden

## TIMETABLE (ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN)

<b>Anreise Sonntag 18.11.2018</b>		17.00 Uhr 60 Minuten Kennenlernstunde
<b>Montag 19.11.2018</b>	08.00 Uhr 75 Minuten FFY Kraftvoll und Dynamisch	17.00 Uhr 75 Minuten FFY Ruhig und Entspannt
<b>Dienstag 20.11.2018</b>	08.00 Uhr 75 Minuten FFY Kraftvoll und Dynamisch	17.00 Uhr 75 Minuten FFY Ruhig und Entspannt
<b>Mittwoch 21.11.2018</b>	08.00 Uhr 75 Minuten FFY Kraftvoll und Dynamisch	17.00 Uhr 75 Minuten FFY Ruhig und Entspannt
<b>Donnerstag 22.11.2018</b>	08.00 Uhr 75 Minuten FFY Kraftvoll und Dynamisch	17.00 Uhr 75 Minuten FFY Ruhig und Entspannt
<b>Abreise Freitag 23.11.2018</b>	08.00 Uhr 75 Minuten FFY Kraftvoll und Dynamisch	17.00 Uhr 75 Minuten FFY Ruhig und Entspannt

Anmerkung FFY: Free Floating Yoga by Claudia Lederer