



YOGA

ASANAS AM KRAFTORT

Yoga lässt sich fast überall machen. An einem Kraftort mit 30000 Bovis-Einheiten jedoch, wie sie im Parkhotel Margna in Sils-Basegia gemessen wurden, ist es eine besondere Erfahrung. Hier auf 1803 m Höhe, «wo starke biophysikalische Energien walten, potenziert sich die Wirkung yogischer Techniken um ein Vielfaches», ist die international tätige Yogalehrerin Paola Bertolini überzeugt. Ihr Detox-Energie-Programm mit Hatha-Yoga wird von der vegetarischen Kost aus der Hotelküche unterstützt. Yoga-Package: sechs Nächte, Brunchbuffet, Abendessen, täglich zwei Yoga-Workshops, freie Fahrt auf allen Bergbahnen des Oberengadins und kostenlose Nutzung des öffentlichen Verkehrs, Fr. 1220.– bis Fr. 1580.– p. P. im DZ. www.margna.ch