

# *Yoga, Wandern und Pilates*

## Genussreiche Frühlingstage im Tessin

Mit Isabel Maurer und Beat Bachmann

Montag, 06. April bis Donnerstag, 09. April 2026

Nimm dir Zeit, dir etwas Gutes zu tun und erlebe den Frühling im Maggiatal. Mit geführten Wanderungen, Yoga, Pilates und Geniessen. Gönne dir erholsame Tage, in denen du vom ausgebildeten Wanderleiter Beat Bachmann durch die kraftvolle Natur des Maggiatals geführt wirst.



Begleitend dazu erwarten dich täglich Yoga- und Pilateseinheiten mit der Yoga- und Pilateslehrerin Isabel Maurer. Trainiere deine Achtsamkeit, finde Ruhe in der Meditation, stärke dein Inneres und tanke dabei so richtig auf.



Wohnen wirst du im Eco-Hotel Cristallina in Coglio – Vallemaggia. Im Preis inbegriffen sind drei Übernachtungen mit Halbpension, Lunchpakete und Snacks. Lasse dich von der regionalen Bio-Küche verwöhnen und geniesse die Ruhe.



Gesamtpreise für alle 4 Tage (inkl. Halbpension, Lunch, Snacks, Wanderungen, Yoga- und Pilateseinheiten):  
Doppelzimmer mit Dusche und WC: Fr. 860.-  
Doppelzimmer mit Terrasse: Fr. 890.-  
Doppelzimmer mit Etagendusche: Fr. 800.-

Die Zimmer sind gegen Aufpreis von Fr. 60.- auch als Einzelzimmer buchbar.



## Wandern

Beat Bachmann ist ausgebildeter Wanderleiter SBV und führt dich im Maggiatal auf Wanderungen von rund 4 Std. zu bedeutsamen Orten mit dem Fokus «Natur und Kultur». Es ist eine gute Grundkondition erforderlich sowie Trittsicherheit auf leichten Bergwegen.

Die Spuren der schon fast verschwundenen Kultur der Menschen, die das Tal einst bewohnt haben, begegnen uns auf unseren Wanderungen immer wieder. Wir entdecken so die abwechslungsreichen Seitentäler der Maggia und erreichen wundervolle Aussichtspunkte mit Weitblick.



## Yoga und Pilates

Isabel Maurer ist ausgebildete Yoga- und Pilateslehrerin. Du startest den Tag mit Meditation, Pranayama und Hatha-Yoga. Pilates eignet sich wunderbar, um nach dem Wandern deine Muskeln zu lösen und zu dehnen. Nach Wunsch kannst du den Tag mit einer sanften Yin Yoga Lektion abschliessen.



## An- und Abreise:

Individuell mit Auto oder ÖV, Treffpunkt ist Montag, 06. April 2026 um 16.00 Uhr im Hotel Cristallina. Rückreise am Donnerstag, 09. April 2026 ab 16.00 Uhr.



Wir freuen uns auf dich!



Isabel und Beat

Beat Bachmann  
[www.wandervoll.ch](http://www.wandervoll.ch)



In Zusammenarbeit mit  
[www.husner-training.ch](http://www.husner-training.ch)



Isabel Maurer  
[www.glücksbüro.ch](http://www.glücksbüro.ch)

