



Lützelhuus Ayurveda & Bewusstsein  
Hueb 8, 8634 Hombrechtikon  
Tel: +41 55 244 50 80  
www.luetzelhuus.ch



## Angebot 1 – unser Kennenlernangebot und Klassiker

# AYURVEDA- UND BEWUSSTSEINSTAGE

Sei herzlich willkommen in unserem Bijou zu deiner Auszeit im kleinen, persönlichen Rahmen. Mit Freude und Wärme teilen wir unsere Oase mit dir – im Verbundensein mit der Natur um uns. Wir kochen 3x täglich eine ayurvedische Seelenkost mit saisonalen und regionalen Zutaten. Eine biologische Nahrung, die deine Sinne anregt und verfeinert. Gönn dir eine Zeit der achtsamen Verbindung mit deinem Körper, in der du wahrnehmen kannst, was dir gut tut und wie ein gesundes Umfeld deinen Geist frei werden lässt.

Am Morgen vor dem Frühstück begrüßen wir den neuen Tag mit einem sanften und zugleich kraftvollen Yoga mit Heike, atmend, gesammelt in den Sinnen, im Fluss der Asanas, oder mit Christoph, im bewussten Empfinden des Körpers, um das innere Lächeln und die innere Weite zu finden, die dich durch deine Tage trägt. Nach dem Frühstück hast du Zeit für dich, für die Natur, für Kreativität, für ein mussevolles Sein, für Massage oder wonach deine Seele ruft.

Die Umgebung lädt zum entspannten Wandern und Spazieren ein, der Garten zum Verweilen, der naheliegende Lützelsee zum Baden. Zwei Ayurveda-Massagen oder Yin & Klang-Massagen kannst du an den Vormittagen oder Nachmittagen genießen.

### Im Preis enthalten

Ayurvedisch-vegetarische Vollpension<sup>1</sup> • Morgenyoga • am Abend Meditation, Yoga-Nidra, freier Tanz etc. (in Abstimmung mit den Gästen) • zwei ayurvedische Massagen<sup>2</sup>, alternativ Yin & Klang-Massage • zwei bis vier Gäste im Haus • Raum für Austausch • Zeit für dich

### Termine 2024

Jeweils Donnerstag ab 15 Uhr bis Sonntag 15 Uhr  
25. - 28. Januar | 29. März - 1. April (Fr. - Mo.) | 2. - 5. Mai |  
18. - 21. Juli | 29. August - 1. September | 14. - 17. November

### Preise

1080 Chf im Einzelzimmer • 980 Chf pro Person im Doppelzimmer (mit Doppelbett) • 1125 Chf auf Wunsch allein im Chrieszimmer

- 1: Zutaten überwiegend aus regionalem, biologischem Anbau
- 2: EMR- und EGK-Anerkennung für Ayurveda-Massagen



### Info und Anmeldung

Heike Klingebiel &  
Christoph Steinbach  
mail@luetzelhuus.ch  
Tel: +41 (0) 55 244 50 80  
Tel: +41 (0) 78 685 75 85  
(Mobil, SMS, WhatsApp)

