

YOGA UND PILATES

29.05.-05.06.2026.
SARDINIEN.

 BODY CONTROL



belpmoos
reisen



YOGA UND PILATES

BERATUNG UND BUCHUNG:

Tel. +41 31 720 33 00 | info@belpmoos-reisen.ch

Sardinien begeistert mit traumhaften Buchten, weissem Sand, türkisblauem Meer und einer ursprünglichen Landschaft. Gerade im Frühling zeigt sich die Insel von ihrer besonders angenehmen Seite: milde Temperaturen, Ruhe und ideale Bedingungen für erholsame Tage in mediterraner Umgebung. Diese Yoga- und Pilateswoche verbindet bewusste Bewegung, Entspannung und Feriengenuss an einem sorgfältig ausgewählten Ort. **Die Reise wird exklusiv von Belpmoos Reisen organisiert.**

Die beliebte Yoga- und Pilates-Woche findet bereits seit mehreren Jahren statt und wird auch 2026 wieder durchgeführt. Im Zentrum steht ein ausgewogenes Yoga- und Pilatesprogramm unter der Leitung von Molly Ruchti-Yanez, einer erfahrenen Instructorin aus Steffisburg. Die Kurse finden morgens sowie am frühen Abend statt, dauern jeweils rund 75 Minuten und richten sich an Teilnehmende mit Grundkenntnissen. Unterrichtet wird im Garten oder im Gazebo – je nach Wetter und Stimmung.

Unterkunft: Untergebracht sind die Teilnehmenden im chicen Hotel Ol-lastu (📍 www.belpmoos-reisen.ch/hotels/olbolla), ruhig gelegen und

harmonisch in die mediterrane Landschaft eingebettet. Die Panoramalage und die gepflegte Gartenanlage mit Pool laden zwischen den Einheiten zum Entspannen ein. Eine kleine Badebucht ist zu Fuss erreichbar. Die Zimmer befinden sich in Bungalows und sind im sardischen Stil eingerichtet. Für unsere Reiseteilnehmenden sind Zimmer der Kategorie **Doppelzimmer Comfort** (ca. 20-26 m²) reserviert. **Doppelzimmer Superior** (ca. 22-28 m²) sind gegen Aufpreis buchbar.

Anreise: Für die Anreise vor Ort stehen verschiedene Möglichkeiten zur Verfügung. Ein Mietwagen ab/bis Flughafen Olbia ist ab CHF 415 pro Woche in der Kompaktklasse (CDMR,

für drei Personen mit Gepäck) oder ab CHF 500 pro Woche in der Mittelklasse (IMMR, für vier Personen mit Gepäck) buchbar. Falls ein Zusatzfahrer gewünscht ist, sind die entsprechenden Gebühren direkt vor Ort zu bezahlen. Bitte bei der Buchung angeben, wer die hauptfahrende Person ist und welche weiteren Personen mitfahren. Alternativ kann ein Privattransfer für CHF 129 pro Person gebucht werden.

Wichtige Hinweise: Grundkenntnisse in Yoga und/oder Pilates sind von Vorteil. Bitte eigene Matte mitbringen.

Mindestteilnehmerzahl: 16 Personen
Anmeldeschluss: 17.04.2026

ab CHF 1699 p.P.

DZ Comfort zur Doppelnutzung,
inkl. Frühstück

ab CHF 1795 p.P.

DZ Superior zur Doppelnutzung,
inkl. Frühstück

Inkludierte Leistungen: Preise pro Person im Doppelzimmer (bei Doppelbelegung) mit Direktflug ab/bis Bern (andere Abflughäfen auf Anfrage), 7 Nächte im gewählten Zimmer mit Frühstück, Willkommensdrink, erstes Nachtessen im Hotel, Yoga-/Pilates-Sessions (2 x täglich, je ca. 75 Min.). Der Flug wird von der italienischen SkyAlps durchgeführt. **Ausschliesslich bei Belpmoos Reisen buchbar.**

Zuschläge und andere Kosten:

- Buchungen ab 16.03.2026: CHF 125 p. P.
- Sorglospaket Standard (optional): CHF 19 p. P./Flug
- Halbpension (6 Abendessen, optional): CHF 249 p. P./Woche
- Einzelzimmerzuschlag: CHF 450 p. P./Woche
- Bearbeitungsgebühr: CHF 100 pro Rechnung
- Touristentaxen: vor Ort zahlbar
- Gesetzliche Reisegarantie (0.25% des Rechnungsbetrags)
- Annulations-/Reiseabbruch-Versicherung (optional)



MOLLY RUCHTI-YANEZ ist eine hochqualifizierte und erfahrene Yoga- und Pilates-Instructorin mit eigenen Studio in Steffisburg (📍 www.mybodycontrol.ch). Sie wird täglich, am Morgen und frühen Abend, je 75 Minuten Yoga und Pilates im Gazebo oder Garten unterrichten.