

# Skidor, yoga och smakfulla upplevelser

Välkommen på en annorlunda fjällupplevelse i vackra Ljungdalsfjällen.

Dagarna startas med en stunds yoga innan det fräscha frukostbordet dukas fram.

Efter frukost och morgonbestyr en tur på skidor/snöskor i det vita vinterlandskapet. Från Ljungdalen tar vi oss genom fjällskogen upp till stugan vid sjön Öjön. Där väntar lunch och en värmande brasa.

Väl tillbaka låter vi kroppen komma i balans och vila med yoga och avspänd samvaro eller en stund med huvudet på kudden. Kvällarna bjuder på friska och energivande matupplevelser tillagade av vår egen Slow Foodkock. Maträtterna är ärliga, genomtänkta och baserade på råvaror och produkter från lokala producenter och mathantverkare.

Välkomna med på en upplevelse där maten skänker harmoni och är i samklang med naturen!

## DAG 1

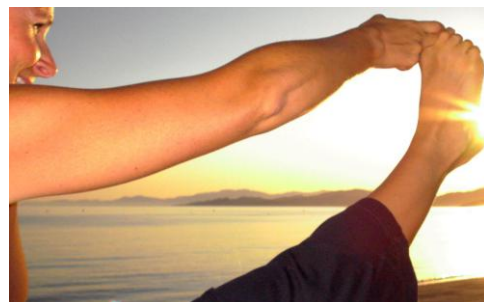
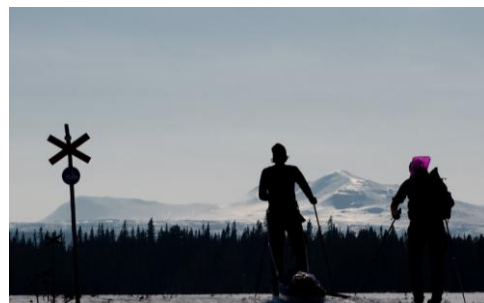
- 18.00 Ankomst och inkvartering på Ljungdalsberget
- 18.30 Samling med genomgång av helgen
- 19.00 Middag och trevlig samvaro

## DAG 2

- 07.00- 08.00 Godmorgonyoga
- 08.30-09.30 Frukost
- 10.00-16.00 Fjälltur på skidor med lunch i Solviken
- 17.30- 18.00 Yinyoga
- 19.30 Middag

## DAG 3:

- 07.00- 08.00 Godmorgonyoga
- 08.30-09.30 Frukost
- 10.00-12.00 Kortare tur på skidor eller snöskor
- 12.00 Lunch och avslutning



## RESFAKTA

### Pris

4900 kr/pers ex. moms. Boende två nätter, frukost, lunch och middag alla dagar ingår.

### Avgångar

Veckoslut v. 5, 7 & 15 - 2011

### Boende

Ni bor bekvämt på hotell Ljungdalsberget i Ljungdalen. Lägenheterna är utrustade med 5 bäddar i 2 rum. Medtag lakan och handduk.

### Mat

Joy event samarbetar med Drumlin – mat och äventyr  
info@drumlin.se www.drumlin.se



**Joy Event**  
**Hunt and Health**  
Jakt & Eventarrangör

**Evelina Åslund**  
Tors väg 68 | 831 94 Ås | Sweden  
Mobil: +46 70 623 99 74  
evelina@joyevent.se | www.joyevent.se

