

# Yoga-Reise zur Wintersonnwende vom 19.–22. Dezember 2024 in Südtirol

## Yoga & Schneeschuhwandern – Dein Yoga-Retreat zur Wintersonnwende

In diesem Retreat liegt der Fokus auf Selbstfürsorge, Ruhe und Entspannung. Die Tage um die Wintersonnwende laden ein, sich zurückzuziehen, Altes abzuschließen, sich zu zentrieren und neue Intentionen zu setzen. Fernab des vorweihnachtlichen Trubels können wir hier die Natur und die Verbindung zu uns selbst genießen. Wenn die Wintersonne ihren Wendepunkt erreicht, sind wir eingeladen, unser inneres Licht zum Strahlen zu bringen und uns wieder der Sonne zuzuwenden.

**Freu dich auf eine Auszeit in der du dich voll und ganz deinem Wohlbefinden widmen darfst.**

## Unser gemeinsames Wochenende im Überblick

### Donnerstag

Check-in	ab 14:00 Uhr möglich
15.00 Uhr	Treffpunkt im Cafe / Restaurant
16.00 – 17.30 Uhr	Atemmeditation und Yin-Yoga für Ruhe und Regeneration
	Wellnesszeit
19.00 Uhr	Abendmenü

### Freitag

7.30 – 9.00 Uhr	Atemmeditation und zentrierende Yogapraxis
	Reichhaltiges Frühstücksbuffet
	Zeit für Dich
16.30 - 18.00 Uhr	Regeneratives Yoga
	Wellnesszeit
19.00 Uhr	Abendmenü

### Samstag

7.30 – 9.00 Uhr	Atemmeditation und zentrierende Yogapraxis
	Reichhaltiges Frühstücksbuffet
10.30 Uhr	gemeinsame Schneeschuhwanderung
16.00 - 17.30 Uhr	Regeneratives Yoga
	Wellnesszeit
19.00 Uhr	Abendmenü

### Sonntag

7.30 – 9.00 Uhr	Atemmeditation und zentrierende Yogapraxis
	Reichhaltiges Frühstücksbuffet

**Das Yogaprogramm ist für alle geeignet. Schneeschuhe und Stöcke können im Hotel ausgeliehen werden. Wenn du Lust auf eine Massage hast, empfiehlt es sich, diese im Voraus zu buchen.**

**Das Yoga-Programm im Wert von 270 EUR wird mit viel Liebe zum Detail konzipiert.**

### Separat zu buchen sind die Zimmer je nach Kategorie:

- Einzelzimmer oder Doppelzimmer für 3 Übernachtungen inkl. Halbpension und SPA-Nutzung je nach Kategorie ab 390 Euro (pro Person)
- Bitte buche Dein Zimmer vorab eigenständig: [info@saalerwirt.com](mailto:info@saalerwirt.com)
- Individuelle Wünsche bzgl. Kulinarik, Kissen, Massagepaket etc. bitte gesondert angeben.
- Unter [saalerwirt.com](http://saalerwirt.com) kannst Du Dir schon mal ein Bild von der Unterkunft und der Umgebung machen.

## Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich für die Yogareise, vom 19. – 22. Dezember 2024 im Hotel Saalerwirt an. Die Anmeldung gilt als bestätigt, wenn der Betrag von 270 EUR auf das unten genannte Konto eingegangen ist.

**NAME** \_\_\_\_\_

**ADRESSE** \_\_\_\_\_

**E-MAIL** \_\_\_\_\_

**TELEFON** \_\_\_\_\_

### AGB

#### Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt schriftlich (PDF, E-Mail, Brief). Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Die Anmeldung ist mit der Überweisung der Gebühren verbindlich.

#### Zahlungsbedingungen

Vorkasse auf untenstehendes Bankkonto:

**Susanne Oeben**

**Stadtsparkasse München**

**IBAN: DE03 7015 0000 1006 3714 29**

**Verwendungszweck: Yoga-Retreat / Dein Name**

#### Teilnahmegebühren

Es gelten die jeweils zum Zeitpunkt der Anmeldung veröffentlichten Preise. Alle Preise verstehen sich inklusive der gesetzlichen Mehrwertsteuer.

#### Stornierung

Die Stornierung erfolgt schriftlich. Bei Stornierung einer Teilnahme werden folgende Gebühren erhoben:

- bis 10 Wochen vor Beginn: 20 Euro Stornogebühr
- bis 8 Wochen vor Beginn: 50% der gesamten Gebühr
- weniger als 2 Wochen vor Beginn: volle Gebühr

Sollte ein Teilnehmer verhindert sein, ist die Benennung eines Ersatzteilnehmers für die gebuchte Reise möglich.

#### Absage / Änderung

Ich behalte mir vor, bei Eintreten besonderer, nicht vorhersehbarer und von mir nicht zu vertretender Umstände (wie z.B. Krankheit oder Ausfall der Lehrer) das Retreat abzusagen. Bei Unterschreitung der Mindestteilnehmerzahl behalte ich mir vor, das jeweilige Retreat zeitlich zu verlegen bzw. abzusagen (bis 6 Wochen vor Beginn). Im Fall der zeitlichen Verlegung können die Teilnehmer zwischen der Teilnahme, an dem ersatzweise angebotenen Termin und der Rückerstattung eventuell schon überwiesener Gebühren wählen. Im Fall der ersatzlosen Absage werden bereits überwiesene Teilnahmegebühren erstattet. Weitergehende Ansprüche des Teilnehmers, insbesondere Schadenersatzansprüche wie z.B. Reise- oder Hotelkosten bei Änderungen oder Absage eines Retreats, bestehen nicht.

#### Erkrankungen und gesundheitliche Beeinträchtigungen

Der Teilnehmer hat bestehende gesundheitliche Beeinträchtigungen bzw. Erkrankungen oder eine bestehende Schwangerschaft mit der Anmeldung bekannt zu geben. Bei ernsthaften Erkrankungen ist die Teilnahme grundsätzlich nur nach ausdrücklicher Genehmigung des behandelnden Arztes möglich.

#### Haftungsausschluss

Die Teilnahme am Retreat erfolgt auf eigene Verantwortung. Eine Haftung unsererseits für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen. Die Nutzung der Räumlichkeiten während des Retreats erfolgt für die Teilnehmer auf eigene Gefahr. Es wird keinerlei Haftung für die von den Teilnehmern mitgebrachten Wertgegenstände und Garderobe gewährleistet.

\_\_\_\_\_  
**Ort, Datum, Unterschrift**