

Yoga & Atembewusstsein

Dein Yoga-Retreat zum Sommeranfang

5. – 8. Juni 2025 in Südtirol



soyoga • soatmen • sosein

Yoga & Atembewusstsein

Dein Yoga-Retreat zum Sommeranfang

Der Atem ist die unsichtbare Brücke zwischen unserem Körper und unserem Geist, er verbindet uns immer mit dem gegenwärtigen Augenblick.

In diesem Yoga-Retreat erfährst du viel Neues über die heilsame Kraft des Atems. Dieses Wissen und Erleben, schafft ein tiefes Bewusstsein, welches sich unmittelbar auf dein körperliches, emotionales und mentales Wohlbefinden auswirkt. Starte den Sommer mit neuen Impulsen für deine Yogapraxis, deine sportlichen Aktivitäten und deinen Alltag.

Freu dich auf eine Auszeit, die dir neues Wissen, neue Impulse und eine neue Perspektive auf viele Themen deines Lebens schenkt.

Anmeldung
unter:



susanne-oeben.de

soyoga@susanne-oeben.de • Mobil: 0177 2156541

Yoga & Atembewusstsein

Dein Yoga-Retreat zum Sommeranfang

5. – 8. Juni 2025 in Südtirol

Yoga & Auszeit

Das Hotel Saalerwirt bietet uns schon seit Jahren den perfekten Rahmen, in dem wir uns ganz auf uns selbst einlassen können. Im Einklang mit der Bergwelt, umgeben von natürlichen Materialien, mit viel Wärme und Fürsorge, schenkt uns dieser Ort Kraft und inneren Frieden.



Yoga & Natur

Neben den täglich stattfindenden Morgen- und Abend-Yoga-Sequenzen bleibt viel Zeit für Dich. Wandern in der wunderschönen Natur, Entspannen in der Sauna, Augenblicke des „süßen Nichtstuns“ oder Abtauchen im Naturbadeteich.

Das Yogaprogramm ist für alle geeignet. Die Nachmittagsstunden finden bei schönem Wetter auf der herrlichen Yoga-Plattform im Freien statt.

Yoga & Genießen

- Im Preis von 270 € ist das Yoga-Programm und eine gemeinsame Wanderung enthalten.
- Separat zu buchen sind die Zimmer je nach Kategorie: Einzelzimmer oder Doppelzimmer für 3 Übernachtungen inkl. Halbpension und SPA-Nutzung
- Weitere Infos unter: susanne-oeben.de saalerwirt.com



Anmeldungen & Fragen an:

soyoga@susanne-oeben.de • Mobil: 0177 2156541