

Yoga & Atembewusstsein

Dein Yoga-Retreat zum Sommeranfang

11. – 14. Juni 2026 in Südtirol



soyoga • soatmen • sosein

Yoga & Atembewusstsein

Dein Yoga-Retreat zum Sommeranfang

Bewusster Atem und achtsame Bewegung stärken dich von innen heraus. In diesem Retreat entdeckst du deine innere Kraftquelle, findest Ruhe und schöpft neue Energie.

Anmeldung
unter:



Gemeinsam tauchen wir ein in eine Yogapraxis, die getragen ist von Leichtigkeit, Achtsamkeit und dem natürlichen Rhythmus des Atems. Momente der Stille und sanfte Bewegungen schenken dir Raum zum Entspannen und Krafttanken.

Die Erfahrungen dieses Wochenendes wirken über das Retreat hinaus: Sie vertiefen deine Yogapraxis und begleiten dich im Alltag – für mehr Gelassenheit, Vitalität und Lebensfreude.

Starte den Sommer bewusst, gestärkt und mit frischer Inspiration.



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

Yoga & Atembewusstsein

Dein Yoga-Retreat zum Sommeranfang

11. – 14. Juni 2026 in Südtirol

Yoga & Auszeit

Das Hotel Saalerwirt bietet uns seit vielen Jahren den idealen Rahmen, um ganz bei uns selbst anzukommen. Eingebettet in die Bergwelt, gestaltet mit natürlichen Materialien und getragen von Wärme und Fürsorge, schenkt uns dieser Ort Kraft, Geborgenheit und inneren Frieden.



Yoga & Natur

Neben der täglichen Yogapraxis bleibt viel Raum für deine eigenen Momente: Bewegung in der Natur, Entspannung in der Sauna, kleine Auszeiten oder ein erfrischendes Bad im Naturteich – gestalte den Tag nach deinem eigenen Rhythmus.

Das Yogaprogramm ist sanft, vielseitig und für alle geeignet.

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