

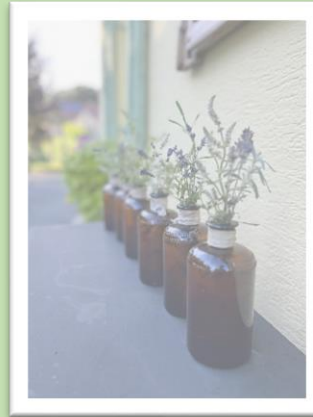
Yoga Retreat

Was stell ich mir darunter vor?
Retreat bedeutet Rückzug.

Rückzug vom Alltag,
an einem stimmigen Ort.

Zeit für dich.
Zeit mit Freunden.
Zeit in der Natur.
Zeit in der Stille.
Zeit um Spaß zu haben.
Zeit zum Wandern.
Zeit für Yoga.
Zeit zum Meditieren.
Zeit zum Staunen.
Zeit zum Lachen.
Zeit zum Schwimmen.
Zeit für gute Gespräche.
Zeit zum Lesen.
Zeit zum Wein kosten.
Zeit zum Essen.
Zeit zum Schlafen

und Zeit um nichts zu tun.



*Do whatever
makes you
happy.*

*The days aren't
coming back.*

Anmeldung

+43 (0)650 222 00 66

n.elmer@gmx.at

www.yogabadhall.at

YogaRaum
Elmer Natascha
Kirchenstraße 11
4540 Bad Hall

YOGA

RETREAT

19. – 21. Juli 2024



Südsteiermark
Gamlitz

Yoga mit Natascha

PREISE

€ 375.- Yoga & Zimmer / eigene Anreise
pro Person im Doppelzimmer mit Frühstück

4 Yoga Einheiten mit je ca. 90 Minuten
im Freien am Pool oder im Weingarten
oder bei Schlechtwetter indoor.

optional

* *silent walk am Morgen für Frühaufsteher*

* *Hormon Yoga schnuppern for women only*

* *Einheit inspired by Yoga Nidra = Schlaf des Yogi*

Aufpreis bei Einzelbelegung

Aufpreis für Halbpension (= inkl. Abendessen)
ohne Getränke

Ausstattung Winzerzimmer

siehe Beschreibung

www.muster-gamlitz.at

inklusive Benützung

* Pool * Sauna * Whirlpool

Buchung Unterkunft >> Weingut Muster

Buchung Yoga >> YogaRaum Bad Hall

Anmeldung bitte schriftlich per E-Mail.

Das Yogaprogramm kann bis zu 30 Tage vor Beginn
kostenlos storniert werden, bei Stornierung zwischen
30 Tagen und 1 Woche vor Beginn werden 50% des
Preises verrechnet, danach der volle Preis.

Zimmer sind beim Partnerbetrieb zu buchen und zu
bezahlen, es gelten die Stornobedingungen des
Partnerbetriebes.



Ausblick vom Pool



Pool mit Liegefläche



Yoga im Freien



Frühstücksbuffet



Gamlitz



Heiliggeistklamm

**alles mehrfach
erprobt...**

**und für ausgezeichnet
befunden :-)**

DAILY ROUTINE

Tag 1 / Freitag

15 Anreise & check in & welcome drink

17.30 – 19 Yoga feel.good

19.30 Buschenschank gemeinsam oder feel free

Tag 2 / Samstag

8 – 9.30 Uhr Yoga feel.good

9:30 Frühstück

11:30 Spaziergang zum Weingut Muster mit
Weinverkostung

nachmittags feel free

optional > Wanderung Heiliggeist Klamm

17.30 - 19 Yoga deep.relax

Buschenschank gemeinsam oder feel free

Tag 3 / Sonntag

8-9:30 Yoga

9:30 Frühstück

optional erste Versuche in Kalligrafie mit Brigitte

check out bis 12 Uhr

individuelle Heimreise oder Verlängerung :-)

Anmerkung:

* *maximal 12 Teilnehmer*

* *Unterkunft exklusiv für uns Yogis*