SPORT

Yoga Retreat Herbst

TERMINE

ADRESSE

Hertensteinstrasse 42
6353 Weggis
Switzerland

KONTAKT

+41 (0)41 227 18 00
hello@yogameetsweggis.ch
Tickets kaufen

Yoga Retreat Herbst

Herbstzauber - Harmonie für Körper und Geist beim Yoga Retreat.

Nimm dir das Wochenende Zeit für ein einzigartiges Yoga-Erlebnis. Bianca und Juan Carlos laden dich ein, Momente voller Harmonie für Körper, Geist und Seele zu geniessen. Das Hotel Alexander ist umgeben von kraftvoller und wunderschöner Natur, im Rücken geschützt von der majestätischen Rigi. Wir beginnen jeden Morgen mit meditativen Momenten, Atemübungen und einer dynamischen Asana-Praxis, um mit Stabilität, Balance und neuer Energie in den Tag zu starten. Nachmittags kannst du die Kraft der Natur beim geführten Waldbaden erleben und danach deine innere Ruhe bei einer Yin- oder Restorative-Yoga-Klasse finden. Am Abend wirst du dann zu einer Yoga Nidra- oder Klangmeditationsreise eingeladen, um vollständig zu entspannen und deinen Geist zu beruhigen.