

**Yoga-Urlaub in Südtirol - ein Naturjuwel der besonderen Art.  
Besonders zur farbenfrohen Törggelen-Zeit.**

**24. - 27. September 2019: YOGATAGE "Wandern & Törggelen"**

Neue Energie tanken. Beim Wandern und Yoga praktizieren bei sich selbst ankommen und herunterfahren. Das Farbenspiel der Natur genießen  
In diesem 4-tägigen Yoga- Retreat darfst du dich ausprobieren, deinen Körper spüren und deine Wahrnehmung schulen.

Unterstützt von der idyllischen, kraftspendenden Natur und ausgewählten Yoga- und Achtsamkeit-Übungen wirst du auf den Pfad der Entspannung und Beweglichkeit geführt. Körperlich sowie geistig.

Die Yoga-Übungen sind für Einsteiger und Geübte geeignet. Es geht rein um die Erfahrung mit Dir selbst und der Natur- fernab von Leistungsdruck, Disziplin und Erfolg. Das pure SEIN und die FREUDE stehen im Vordergrund.

**LEISTUNGEN:**

- 3 Übernachtungen inkl. 3/4 Verwöhn-Pension im Hotel Schönblick (<http://www.schoenblick.com/de/zimmer-preise/inklusiveleistungen.html>)
- Nutzung des neu gestalteten Wellness-Bereiches mit Panorama-Sauna
- 6 Yoga-Einheiten in der Gruppe (in freier Natur & indoor)
- zwei Wanderungen, davon einmal zur hoteleigenen Almhütte
- Atem- und Achtsamkeitsübungen, Meditation
- familiäre Atmosphäre & gemeinsame Mahlzeiten, wer mag

**SPECIAL:**

- Yoga auf den neu gestalteten Plattformen mit Panorama-Blick!
- kostenloser Fahrrad-Verleih
- Verlängerung der Yoga-Woche individuell möglich

**ZUSÄTZLICHES ANGEBOT am Verlängerungstag:**

Personal Yoga oder Spirituelles Coaching gegen Aufpreis möglich

**Buchung und Anmeldung:**

*info@schoenblick.com oder Telefon +39-0472-454141 (Italien)*

Preis pro Person im Doppelzimmer, je nach gewünschter Zimmerkategorie

**ab 459,- €** (im Veilchenzimmer)

inklusive Übernachtung und 3/4-Pension & Yoga-Seminar-Paket

Seminarleitung: Nadja Schäfholz-Wetter aka Frau Shanti [www.frau-shanti.de](http://www.frau-shanti.de)