2 Nächte mit Yoga und Halbpension

WINTERFLOW RETREAT

Tauchen Sie ein in die ruhige, inspirierende Stimmung des Winters und gönnen Sie sich eine Auszeit voller Entspannung, Achtsamkeit und innerer Regeneration am Bodensee. Der Jahresbeginn ist eine besondere Zeit – ein Moment, um innezuhalten, durchzuatmen und bewusst neue Impulse zu setzen. Inmitten der winterlichen Stille, wenn das neue Jahr noch offen vor uns liegt, lädt Sie unser sanftes Yoga-Retreat dazu ein, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen.

Entfliehen Sie dem hektischen Alltag und lassen Sie sich in der winterlichen Kraftoase Bodensee rundum verwöhnen – mit viel Raum zum Entspannen, Durchatmen und Auftanken.

BUCHUNGSZEITRAUM:

09.-11.01.2026 oder 23.-25.01.2026

IHRE LEISTUNGEN IM ÜBERBLICK:

- 2 Übernachtungen im Doppelzimmer
- Täglich Frühstück vom großen Buffet
- 2 Abende mit 4-Gang GENUSS MENÜ am Abend
- Tägliche Yoga-/Meditationssession unter Anleitung von Yogatrainerin Heike Lelle (Yoga-Studio 150m vom Hotel entfernt)
- Nutzung des Spa- und Wellnessbereichs auch am Abreisetag

IHR RETREAT-PROGRAMM:

Freitag:
ab 15.00 Uhr individuelle Anreise
17.00 - 18.15 Uhr Welcome Circle & Yoga
anschließend gemeinsames Abendessen im Rahmen der Halbpension

SAMSTAG:
8.00-9.30 Uhr Silent Walk am See, Meditation & Yoga
anschließend gemeinsames Frühstück
Zeit zur freien Verfügung (Wanderungen, Wellness, Entspannung)
17.00-18:30 Uhr Silent Walk am See, Meditation & Yoga
anschließend gemeinsames Abendessen im Rahmen der Halbpension

SONNTAG:
8.00 - 9.30 Uhr Meditation, Yoga & Closing Circle
anschließend gemeinsames Frühstück
bis 11.00 Uhr Check-out

traubeamsee
★★★★ HOTEL · RESTAURANT · SPA