



**Komm zum SEIN – an einem Ort, wo du dem Himmel gefühlt sehr nahe bist**



## **Yoga-Retreat im Naturhotel Lechliffe im Wängle in Tirol vom 08. – 10.06.2018**

RETREAT bedeutet Rückzug. Hast du Lust, dich für ein Wochenende aus dem Alltag auszuklinken, allen Stress und alle Sorgen und Belastungen des Alltags hinter dir zu lassen, um dann bewusst ins Spüren und Fühlen zu kommen, die inspirierende Kraft der Natur in dir aufzunehmen, neue Gegenden zu erkunden und obendrein noch Spaß zu haben? Dann ist diese kleine Yoga-Auszeit genau das RICHTIGE für dich!!!

Auf dem ruhigen und sonnigen Hochplateau der Naturparkregion Reutte kannst du bewusst in die Natur eintauchen, neue Energie und Lebenskraft tanken. Bei hoffentlich schönem Wetter werden wir auch die ein oder andere Yogasequenz im Freien erleben. Nur 300 m vom Hotel Lechliffe entfernt ist die Seilbahn zum Wander- und Skigebiet Hahnenkamm/Reutte.

Für ein Leben in Balance müssen die Polaritäten ausgeglichen sein. Das heißt, Aktivität und zur Ruhe kommen muss im gleichen Verhältnis stehen. Genau das werden wir an diesem Wochenende in Erfahrung bringen. Wir werden aktiv sein, aber auch ganz still werden.

In den Abendsequenzen widmen wir uns der Yoga Nidra - Praxis und du kannst dich auf die Suche nach dem passenden Sankalpa für dich begeben. In der Morgenpraxis werden wir kraftvoll und dynamisch – mal im Flow, mal statisch haltend – üben.

In der frei zur Verfügung stehenden Zeit können wir wandern und die Seele baumeln lassen. Außerdem bietet das Hotel einen schönen Wellnessbereich. Unzählige Möglichkeiten warten auf uns.

## Was bekommst du?:

2 Übernachtungen mit Halbpension

6 Stunden Yoga

Ganz viel Freude, Spaß, Energie, Kraft und die Erfahrung des Loslassens

## Was kostet dich das?:

### Frühbuchertarif bis 15.01.18

im Einzelzimmer 290 € incl. der Yogapraxis

im Doppelzimmer 250 € incl. der Yogapraxis

### nach dem 15.01.18 - 28.02.18

im Einzelzimmer 310 € incl. der Yogapraxis

im Doppelzimmer 270 € incl. der Yogapraxis

## Wie sieht dein Yogatag aus?

### Freitag, 08.06.18

Anreise bis 14.00 Uhr (auf eigene Faust oder mit Fahrgemeinschaften)

16.30 - 18.00 Uhr Welcome Yoga und Yoga Nidra

18.30 Uhr Abendessen

### Samstag, 09.06.18

07.30 - 09.00 Uhr Yoga

anschließend Frühstück

Zeit für gemeinsame Unternehmungen

16.30 - 18.00 Uhr Yoga Nidra (wetterbedingt bleibt dieser Uhrzeit eine kleine Verschiebung vorbehalten)

18.30 Uhr Abendessen

### Sonntag, 10.06.18

07.30 - 09.00 Uhr Yoga

anschließend Frühstück

Das Zimmer sollte bis 10 Uhr geräumt sein

## Wie melde ich mich an?:

Schicke mir bis **15.01.18 (Frühbuchertarif)** bzw. bis spätestens 28.02.18 eine verbindliche Anmeldung per Email an [vogt.bettina@arcor.de](mailto:vogt.bettina@arcor.de) mit deinem Zimmerwunsch und leiste eine **Anzahlung in Höhe von 100 € an Bettina Vogt. Die Buchung ist erst mit der Anzahlung verbindlich.** Den Restbetrag überweise bitte bis spätestens 14 Tage vor dem Retreat.

**Das Retreat ist auf eine max. Teilnehmerzahl von 14 Personen begrenzt.**

IBAN DE14 7306 1191 0001 3108 10

BIC GENODEF1NU1

## Rücktrittsbedingungen:

Bis 4 Wochen vorher werden 40 % des Gesamtpreises fällig

Bis 1 Woche vorher werden 70 % des Gesamtpreises fällig

in der letzten Woche vor dem Anreisetag 90 % des Gesamtpreises fällig

Bei Nichtanreise werden 100 % des Gesamtpreises fällig

Infos über das sehr schöne Lechlifefindest du hier

[www.lechlifefindest.de](http://www.lechlifefindest.de)

Zu meiner Homepage geht es hier

[www.bettina-vogt.de](http://www.bettina-vogt.de)