



YOGA RETREAT IN DEN VOGESSEN

9. BIS 12. SEPTEMBER 2027

YOGA · NATUR · KLANG
MIT EVA & CATARINA



VOGESENHOF

Der Vogesenhof ist ein liebevoll geführtes Yoga-Seminarhaus inmitten der malerischen französischen Vogesen westlich von Colmar. Die Gastgeber Bianca und Tom haben das historische Haus von 1752 geschmackvoll restauriert und einen friedvollen Rückzugsort geschaffen. Sie verwöhnen dich täglich mit einer regionalen, saisonalen und vegetarischen Küche – frisch und mit Liebe gekocht.
vogesenhof.com

YOGA

Wir beginnen den Morgen mit Meditation und einer sanften Morgenpraxis, gehen über in aktivierende, kreative Flows und schliessen den Tag mit einer beruhigenden Yin Sequenz und dem Zauber der Klangschale ab. Durch die Kombination von Yoga und Natur schaffen wir Raum für Ruhe, Inspiration und eine tiefe Verbindung zu dir selbst. Diese kleine Auszeit hilft dir, mit Körper, Geist und Seele in Einklang zu kommen.

BEGLEITUNG

Catarina und Eva sind einander und dem Yoga seit vielen Jahren verbunden und freuen sich, dich in dieser kraftvollen Umgebung begleiten zu dürfen.

PROGRAMM

8.00 Uhr Meditation / Pranayama
9.00 Uhr Yogapraxis
10.30 Uhr Brunch
17.00 Uhr Yogapraxis
18.30 Uhr Abendessen

Do: 15 Uhr Check-in, 17 Uhr Begrüssung
So: 10 Uhr Brunch, 11 Uhr Verabschiedung

Für Spaziergänge und Massagen steht genügend Zeit zur Verfügung.

PREISE

Yoga 490.00 CHF / Person
Einzelzimmer 420.00 Euro / Person
Doppelzimmer 360.00 Euro / Person

Inklusiv 3 Übernachtungen, 3x Brunch, 3x Abendessen, Snacks und Getränke tagsüber. Exklusiv Massagen, An- und Rückreise.

AN- UND RÜCKREISE

Wir bilden Fahrgemeinschaften.

ANMELDUNG

fly@yogabird.ch, yogabird.ch
info@holistic-journey.ch, holistic-journey.ch