

Yoga Retreat

Zeitraum

Montag, 6. April 2026 | ab 15.00 Uhr

Donnerstag, 9. April 2026 | ca. 12.00 Uhr

Ort

Unterkunft: Il Sambuco Innamorato | Via Luigi Ivaldi 34, 15011 Acqui Terme (AL)

Yoga: Ca. 15 Minuten zu Fuss von der Unterkunft entfernt

An- & Rückreise

Individuelle Anreise (ca. 5 Stunden mit dem Auto) | Bei Interesse an einer Fahrgemeinschaft (als Fahrer oder Mitfahrer) gerne bei mir melden.

Für Yoga Mitbringen

Matte / Tuch, evtl. Hilfsmittel (Yoga-Gurt, Blöcke)

Kosten

Für Kurseinheiten, Übernachtungen und Verpflegung (exkl. 1x Restaurantbesuch).

Kurseinheiten: CHF 590.-

Übernachtung (pro Person / Nacht):

Einzelzimmer: Standardzimmer EUR 73.- | Suite EUR 95.-

Doppelzimmer: Standardzimmer EUR 47.50 | Suite EUR 72.50

Zusatzbett: EUR 50.-

Wenn du ein Doppelzimmer buchen möchtest, teile mir bitte mit, ob du einen Zimmer-Wunsch-Genossen hast, damit ich das der Unterkunft mitteilen kann.

Bedingungen

Sobald du das Retreat gebucht hast, ist deine Anmeldung verpflichtend und definitiv. Der ganze Betrag ist bei der Anmeldung fällig. Falls du dennoch nicht teilnehmen kannst, hast du die Möglichkeit dich bis zum 25. März 2026 abzumelden. In diesem Fall werden dir 200 Franken des Betrages zurückerstattet. Ab dem 26. März 2026 gibt es auch bei Nicht-Teilnahme keine Rückerstattung mehr. Aber du hast die Möglichkeit, eine Ersatzperson für dich zu finden.

Stell sicher, dass du über einen gültigen Reisepass oder eine gültige ID verfügst.

Ein Abschluss einer Reiseannullations-Versicherung und Auslandsrankenversicherung ist Sache des Teilnehmers.

Programm

Montag

- | | |
|-----------|-----------------------------------------------|
| 15.00 Uhr | Eintreffen in der Unterkunft |
| 16.30 Uhr | Treffen der Gruppe |
| 17.00 Uhr | Begrüßung, Journaling und Vinyasa- & Yin Yoga |
| 19.00 Uhr | Abendessen |
| 20.30 Uhr | Abendmeditation |

Dienstag

- | | |
|-----------|----------------------------|
| 07.30 Uhr | Meditation & Pranayama |
| 08.00 Uhr | Tee & Snacks in der Stille |
| 08.30 Uhr | Morgenpraxis Vinyasa Yoga |
| 09.30 Uhr | Marktbesuch in Acqui Terme |
| 13.00 Uhr | Mittagessen in Acqui Terme |
| 14.00 Uhr | Freie Zeit |
| 17.00 Uhr | Ritualfeier |
| 19.00 Uhr | Abendessen |

Mittwoch

- | | |
|-----------|-----------------------------|
| 07.30 Uhr | Meditation & Pranayama |
| 08.00 Uhr | Tee & Snacks in der Stille |
| 08.30 Uhr | Morgenpraxis Vinyasa Yoga |
| 10.45 Uhr | Vegetarisches Brunch-Buffet |
| 11.45 Uhr | Freie Zeit |
| 17.00 Uhr | Abendpraxis Yin Yoga |
| 19.00 Uhr | Abendessen |
| 20.30 Uhr | Abendmeditation |

Donnerstag

- | | |
|-----------|-----------------------------|
| 07.30 Uhr | Meditation & Pranayama |
| 08.00 Uhr | Tee & Snacks in der Stille |
| 08.30 Uhr | Morgenpraxis Vinyasa Yoga |
| 10.45 Uhr | Vegetarisches Brunch-Buffet |
| 11.45 Uhr | Individuelle Abreise |