Yoga Retreat

inner wisdom

THE YOGA WAVE

21.10. - 24.10.2027

auf der Starkenfeldalm in Südtirol





Location

die Starkenfeldalm
natur pur auf 1.936m
vor deinen Augen erstreckt sich die Schönheit der Dolomiten, frische Bergluft kühlt deine Wangen - Raum zum Durchatmen, Auftanken und einfach nur SEIN
Komfort, Wellness und Kulinarik trifft auf Einfachheit und die Schönheit der Natur.









inner Wisdom

dein Raum zur Entfaltung
Rückkehr & Erinnern an deine Essenz

vollkommene Yogapraxis
Asana Praxis: Awakening Yoga
Philosophische Ausrichtung: non dual Shaiva Tantra
Praxisumfang: ca. 12 Stunden

Meditation

erfahre Meditation als Präsenz – mal in Stille mal in Bewegung, als einen Weg, um Innezuhalten, zu lauschen und zu staunen was sich dir offenbart.

Asana & Atmung

Wie erlebst du Asana in & jenseits der äußeren Form?
Welcher Raum öffnet sich, wenn wir beginnen die Haltung zu verkörpern und ihr bewusst unseren Atem einzuhauchen?

Philosophie & Workshop

was wenn du beginnst zu entdecken, dass sich das heilige deiner Praxis mitten in deinem Alltag offenbart?

den Rest des Tages und der Abende:
Raum & Zeit für DICH, um bei DIR anzukommen
sowie in GEMEINSCHAFT, um in VERBUNDENHEIT zu sein.

THE YOGA WAVE

SADHANA

dein Ritual – deine spirituelle Praxis

Donnerstag

14:00 Welcome Circle

16:00 - 18:00 Sadhana

Freitag & Samstag

06:30 Morgenmeditation (15 Min)
07:00 - 08:30 Sadhana
09:00 Frühstücksbuffet

16:00 - 18:00 Sadhana

Sonntag

06:30 Morgenmeditation (15Min)
07:00 - 08:30 Sadhana
09:00 Frühstück

Abreise

die Zeit zwischen der Morgen- und der Abend- Sadhana lädt dich ein, die Natur zu genießen & zu erkunden, den Spa-Bereich zu nutzen und dich voll & ganz aufzutanken mit allem was dich nährt.

SADHANA beinhaltet ALLE Aspekte des YOGA:

- Atmung
- Asana
- Meditation
- Philosophie
- Workshop-Style zu versch. Themen

THE YOGA WAVE





Schlafen & Kulinarik

3 Übernachtungen auf der Starkenfeldalm

inkl. Frühstücksbuffet & 4 Gänge- Abendmenü

Zimmer je nach Kategorie

ab 89 Euro (6 Bett-Zimmer)

Panoramazimmer:
Einzelbelegung 155 Euro - bei Doppelbelegung je 129
optional ein drittes & viertes Bett im Panoramazimmer je 99 Euro

Panoramasuite:
Einzelbelegung: 180 Euro - bei Doppelbelegung 149 Euro
optional ein drittes und viertes Bett je 109 Euro

THE YOGA WAVE

Anmeldung & Invest



Theyogwave
Anna
Yogalehrerin

Unterrichtsumfang Yoga ca. 12 Stunden

dein Invest:
earlybird bis 31.05. 260 Euro
regulär: 320 Euro

Anmeldung per E-Mail an info@theyogawave.de unter Angabe deiner gewünschten Zimmerkategorie
die Anmeldung ist dann nach Zahlungseingang und meiner Bestätigungsemail verbindlich.

*Rücktrittsbestimmungen:
dein Zimmer kannst du bis 30 Tage vor Retreatbeginn kostenlos stornieren
Eine Rückzahlung der Retreatkosten (Yogaunterricht) ist nicht m

THE YOGA WAVE

inner wisdom Yogaretreat

YOGA
Asana – Atmung – Philosophie
Meditation
Klang
Wellness & Kulinarik
Natur & Gemeinschaft

www.theyogawave.de

THE YOGA WAVE