



Deine Auszeit in den Bergen

Yoga | Wandern | Sein
in der Surselva

09.-11. Oktober 2026

Details: www.sabrinallindauer.com/yoga



Das grösste Geschenk, das du dir machen kannst,
ist Zeit für dich.

Geniesse 3 Tage in der traumhaften Bergwelt der Surselva

Deine wohlverdiente Auszeit mit Yoga, Meditation, Cacao-Zeremonie und Wandern.

Verbinde dich mit deinem Körper. Spüre, wie dein Geist zur Ruhe kommt.

Tanke neue Energie und lasse aus der Ruhe heraus Neues entstehen kann.

3 Wohlfühltage, in denen du dein Herz weit öffnest und spürst, was dir wirklich wichtig ist.

Was dich erwartet:

2 Nächte mit Halbpension im Hotel Ucliva in Waltensburg

Tägliche Yoga-, Meditations- & Atempraxis

Einblicke in die Yoga-Philosophie

Cacao-Zeremonie & achtsame Wanderung

Natur, liebe Menschen, gute Gespräche und vor allem Zeit für dich

Preis:

Seminar: CHF 390.- (Early Bird 350.- bis 31. Juli 2026)

DZ zur Alleinnutzung: ab CHF 348.- | DZ: ab CHF 238.-

weitere Zimmerkategorien auf Anfrage

inklusive reichhaltigem Frühstück und leckerem

vegetarischem 3-Gang Abendessen

Mehr Informationen & Anmeldung:

dankbar@sabrinallindauer.com, www.sabrinallindauer.com/yoga

