



# Deine Auszeit in den Bergen

Yoga | Wandern | Sein  
in der wundervollen Surselva

24.-26. Oktober 2025

Details: [www.sabrinallindauer.com/events](http://www.sabrinallindauer.com/events)



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



# Deine Auszeit in den Bergen

Yoga | Wandern | Sein  
in der wundervollen Surselva

24.-26. Oktober 2025

Details: [www.sabrinallindauer.com/events](http://www.sabrinallindauer.com/events)



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 Wohlfühltag, in denen du dein Herz weit öffnest und herausfindest, was dir wirklich wichtig ist.

### Was dich erwartet:

2 Nächte mit Halbpension im Hotel Ucliva in Waltensburg

Tägliche Yoga-, Meditations- & Atempraxis

Erste Einblicke in die Yoga-Philosophie

Cacao-Zeremonie & achtsame Wanderung

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

### Preis:

Seminar: CHF 390.-

DZ zur Alleinnutzung: ab CHF 340.- | DZ: ab CHF 230.-

weitere Zimmerkategorien auf Anfrage

inklusive reichhaltigem Frühstück und leckerem

vegetarischem 3-Gang Abendessen

### Mehr Informationen & Anmeldung:

[dankbar@sabrinallindauer.com](mailto:dankbar@sabrinallindauer.com), [www.sabrinallindauer.com/events](http://www.sabrinallindauer.com/events)



## 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 Wohlfühltag, in denen du dein Herz weit öffnest und herausfindest, was dir wirklich wichtig ist.

### Was dich erwartet:

2 Nächte mit Halbpension im Hotel Ucliva in Waltensburg

Tägliche Yoga-, Meditations- & Atempraxis

Erste Einblicke in die Yoga-Philosophie

Cacao-Zeremonie & achtsame Wanderung

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

### Preis:

Seminar: CHF 390.-

DZ zur Alleinnutzung: ab CHF 340.- | DZ: ab CHF 230.-

weitere Zimmerkategorien auf Anfrage

inklusive reichhaltigem Frühstück und leckerem

vegetarischem 3-Gang Abendessen

### Mehr Informationen & Anmeldung:

[dankbar@sabrinallindauer.com](mailto:dankbar@sabrinallindauer.com), [www.sabrinallindauer.com/events](http://www.sabrinallindauer.com/events)

