

BEI DIR ANKOMMEN

Deine Gastgeberinnen Steffi und Sarah begleiten dich von Freitag bis Sonntag durch eine besondere Zeit – getragen von Natur, Wasser und Licht. Wir laden dich zu einem “goldenen” Yoga-Retreat ein. Es ist Zeit, ein Wochenende loszulassen, dich zu spüren und ganz bei dir anzukommen – in einem Kreis der nährt, stärkt und inspiriert.



Dich erwartet ein liebevoll gestaltetes Programm und verschiedene Yoga Stile: Vinyasa, Yin, SUP und Somatic Yoga. Wir feiern gemeinsam die goldenen Stunden und letzten Momente des Sommers.



GOLDENE MOMENTE ERLEBEN

Stell dir vor: Du wachst auf in einer Villa am See, umgeben vom goldenen Licht des Spätsommers. Draußen glitzert der Morgennebel über dem Wasser. Barfuß gehst du durch das taufeuchte Gras – ganz bei dir. Unser Indian Summer Retreat ist eine Einladung, diesen Übergang bewusst zu erleben. Mit somatischen Übungen, Yoga, Klangreise und stillen Momenten in der Natur tauchen wir tief ein: in den Körper, in den Atem, ins Jetzt.



YOGA RETREAT
IM ELSASS
25.-27. SEPTEMBER 2026



INDIAN
SUMMER
RETREAT

DEIN WOCHENENDE IN DER VILLA AM SEE



Tag 1

14:00 Uhr Ankunft & Check-in: Begrüßung mit Drinks & Snacks, Kennenlernen
16:30 – 18:00 Uhr Vinyasa Yoga
18:00 Uhr Zeit für dich am See/ Sauna
19:00 Uhr 4-Gang-Menü mit Privatkoch
21:00 Uhr Feuerritual am See

Tag 2

08:00 Uhr Tee & Somatische Gehmeditation
08:30 Uhr Somatic Yoga oder SUP-Yoga auf dem See (wahlweise)
10:00 Uhr Brunch mit frischen vegetarisch-veganen Köstlichkeiten
11:30 Uhr Freie Zeit: Ruhe, Thai Yoga Massage, Lesen, Baden oder Natur genießen
14:00 – SUP-Yoga oder Workshop zum Thema Kräuter/Räuchern (wahlweise)
17: 00 Uhr Yin Yoga & Klangschalenreise
18:00 Uhr Zeit für dich
19:30 Uhr Gemeinsames Abendessen
21:00 Uhr Indian Summer Feier am See

Tag 3

8:00 Uhr Tee & leiser Start in den Tag
sanftes Yoga & Meditation am See
09:30 Uhr Nährender Brunch
10:30 Uhr Abschlusskreis & gemeinsames Integrieren, Reflexion, Dankbarkeit, Verabschiedung im Kreis
12:00 Uhr Abreise

*Änderungen am Ablauf vorbehalten

SPÜREN UND LOSLASSEN

Dieses Retreat lädt dich ein, ganz in deinen Körper zurückzukehren – durch Somatic Yoga, Naturerfahrung, Rituale und Stille. Ob im warmen Sonnenlicht am See, im Klangraum bei Kerzenschein oder tanzend ums Feuer – du darfst einfach du sein.

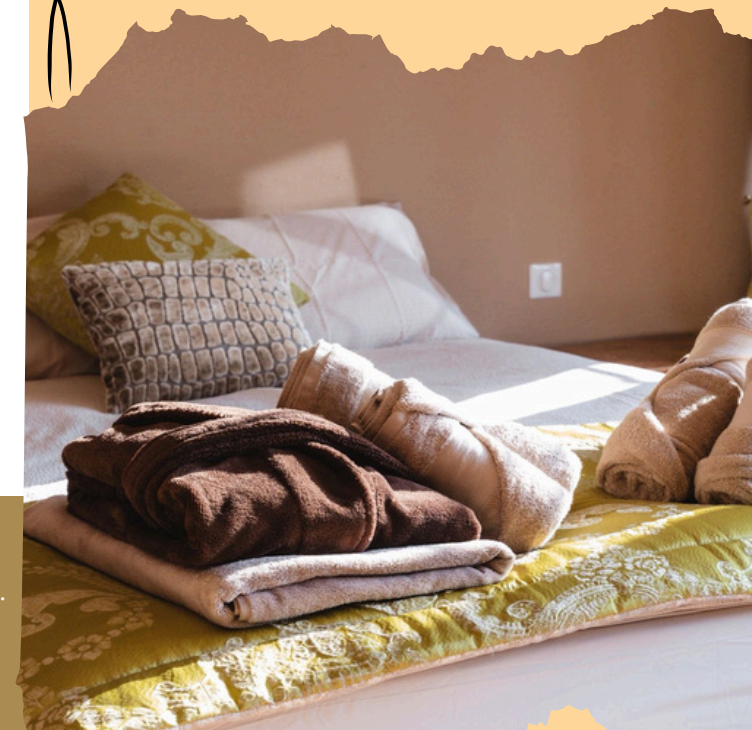
Begleite uns auf eine Reise zu dir selbst, getragen von der Weisheit des Herbstes. Ein Wochenende, das bleibt, an einem Ort voller Stille, Klang und lebendiger Begegnung. Exklusiv für eine kleine Gruppe von 13 Teilnehmern.



WIE IM TRAUM

Während deines Retreats wohnst du in einer liebevoll restaurierten Villa voller Charme, eingebettet in die sanfte Natur des Elsass. Nur einen Schritt vom Wasser entfernt, erwartet dich ein Ort, an dem du tief durchatmen und zur Ruhe kommen kannst.

Die Zimmer der Villa sind hochwertig ausgestattet und mit großer Sorgfalt individuell gestaltet – jedes ein Unikat, mit besonderem Blick fürs Detail.



555 € *

PRO PERSON

*Preis ist **inklusive** Unterkunft, Getränken und Verpflegung (wichtiger Hinweis: wir sind kein Reisveranstalter und übernehmen keine Haftung).

Alle Infos und Buchung unter souldancer-yoga.de/midsommer-mindfulness