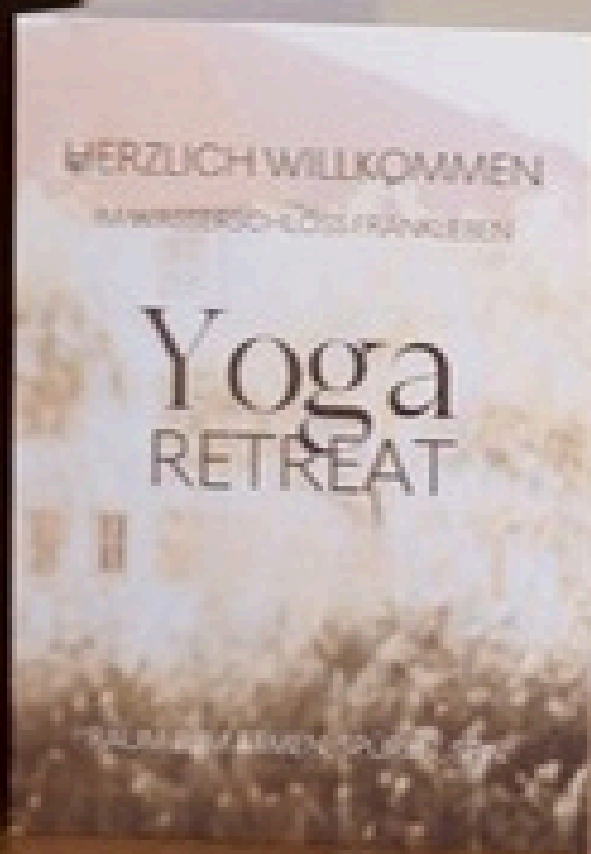




Yoga RETREAT

30.-31. MAI 2026

WASSERSCHLOSS
FRANKLEBEN



INFO@WASSERSCHLOSS-FRANKLEBEN.DE

Yoga RETREAT

RAUM ZUM ATMEN, SPÜREN, SEIN.



ANMELDUNG OFFEN

Innere EINKEHR

Was im letzten Jahr so wunderbar begonnen hat, führen wir nun fort.

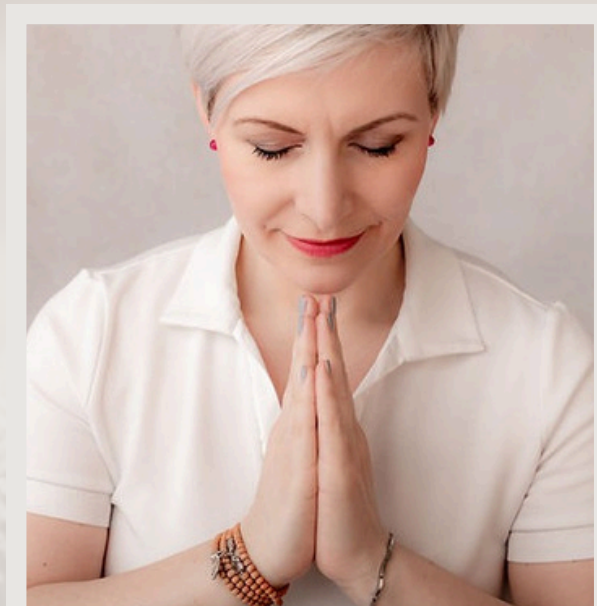
Unser Yoga Retreat geht in die zweite Runde – ein Rahmen für Ruhe, Bewegung und bewusste Auszeit, eingebettet in die besondere Atmosphäre des Wasserschlosses Frankleben.

- Fließende Yoga-Einheiten
- Tiefe Yin-Yoga-Praxis
- Geführte Meditationen & Klangreisen mit Kristallklingschalen u. Monochord
- Rituale, Achtsamkeit & persönlicher Rückzug
- Zeit auf dem Schlossgelände & Journaling-Impulse

Sichere dir jetzt einen Platz für unser Yoga Retreat im Frühling.

Retreat

DETAILS



Mit Kareen begleitet uns eine erfahrene Achtsamkeitstrainerin, Yin - Yoga - Lehrerin und Impulsgeberin für mentale Gesundheit.

Mit viel Ruhe, Klarheit und einem feinen Gespür für innere Prozesse schafft sie Momente, in denen wir ankommen, loslassen und neue Kraft schöpfen dürfen.

Sie schafft einen geschützten Rahmen, in dem jeder im eigenen Tempo ankommen und einfach sein darf.

TAG 1 | SAMSTAG

ANKOMMEN & LOSLASSEN

09.30 Uhr	Anreise & Begrüßung
10.00 - 12.00 Uhr	Yin Yoga
12.00 - 13.30 Uhr	Mittagslunch
13.30 - 15.15 Uhr	Journaling-Session
15.15 - 16.00 Uhr	Nachmittags Snack
16.00 - 18.30 Uhr	Somatische Übungen & Soundbath
19.00 Uhr	Abendessen

TAG 2 | SONNTAG

INNEHALTEN & AUFBRECHEN

09.00 - 10.00 Uhr	Kaffee, Tee & Früchte
10.00 - 11.30 Uhr	Yin Yoga & Klang
11.30 - 13.00 Uhr	Brunch
13.00 - 15.00 Uhr	Impulse zur persönlichen Ausrichtung & Ritual
15.00 Uhr	Abreise

Sorglose AUSZEIT

- 1 Übernachtung im Wasserschloss Frankleben inklusive Vollverpflegung
 - Samstag: Mittagslunch, Kaffeepause, kulinarisches Verwöhn-Menü am Abend
 - Sonntag: Brunch
- alle Yoga-, Klang- und Meditationsangebote
- Retreatmaterialien (Yogamatte etc.)
- Tee & Wasser zur freien Verfügung



375,00 €
PRO PERSON IM DOPPELZIMMER
INKL. VOLLVERPFLEGUNG

450,00 €
PRO PERSON IM EINZELZIMMER
INKL. VOLLVERPFLEGUNG

Drei- und Vierbettzimmer
nach Verfügbarkeit und auf
Nachfrage möglich

JETZT BUCHEN