



# Deine Auszeit in den Bergen

Yoga | Wandern | Sein  
in der wundervollen Surselva

2.-4. Mai 2025

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



Für Yoga-Neulinge und  
Yoginis, die ihre Praxis vertiefen wollen.

## Tauche während 3 Tagen ein in die traumhafte Bergwelt der Surselva

Gönn dir eine wohlverdiente Auszeit mit Yoga, Meditation, Cacao-Zeremonie und Wandern. Ob du gerade erst mit Yoga beginnst oder deine Praxis vertiefen möchtest – hier findest du Raum für beides. Verbinde dich mit deinem Körper, lass deinen Geist zur Ruhe kommen und erlebe, wie aus dieser Ruhe Neues entstehen kann.

3 Tage voller Entspannung, 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

Yoga Workshops mit detaillierter Anleitung & Hands-on-Adjustments

Cacao-Zeremonie, Yoga-Philosophie & achtsame Wanderung

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

### Preis:

Seminar: CHF 350.-

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)

