



Yoga Auszeit im Prättigau CH

21. - 24. August 2025 | Stelserhof CH-Prättigau

Erlebe drei Tage voller Yoga, Entspannung und Natur. Das Seminarhotel Stelserhof liegt auf einer Sonnenterrasse oberhalb von Schiers/Graubünden/Prättigau. Es ist der ideale Ort um sich vom Lärm des Alltags zu erholen. Untertags bleibt genügend Zeit die Umgebung zu erkunden.

Donnerstag	Freitag & Samstag	Sonntag
Anreisezeit 15:30 Uhr, Snack mit Kuchen & Säften 16:00 - 18:00 Uhr Yoga-Praxis, Begrüssung, Kennenlernen, Infos 18:00 - 19:00 Uhr gemeinsames Abendessen 19:30 - 21:00 Uhr Abendprogramm	- 07:30 - 09:00 Uhr Yoga am Morgen - 09:30 - 10:30 Uhr Reichhaltiges Frühstücksbuffet - 10:30 - 16:00 Uhr Individuelles Rahmenprogramm - 16:00 - 18:00 Uhr Yoga-Praxis - 18:00 - 19:00 Uhr gemeinsames Abendessen - 19:30 - 21:00 Uhr Abendprogramm	- 07:30 - 09:00 Uhr Yoga am Morgen - 10:00 - 11:00 Uhr Reichhaltiges Brunch-Bufferet - Abreisezeit nach dem Brunch

Für wen ist das Seminar geeignet?

Beziehung von innerer und äusserer Natur im Yoga. Praktisches Üben unter fachkundiger Anleitung. Fragen wie erlebe ich den Spannungsaufbau und Entspannung? Wie begegne ich meinem Körper, meiner Psyche? Das Seminar ist geeignet für alle die schon Yogapraxis haben, tiefer eintauchen und in den Pausen die Schönheit des Prättiaus erleben möchten.

Unterkunft, Verpflegung & Preis

Stelserhof - Übernachtung im Einzel- oder Doppelzimmer mit Halbpension (gesunde, regionale Speisen).

- EUR 380,- Seminargebühr
- ab CHF 456,- pro Person im Einzelzimmer (EZ)

(Die Zimmerreservation und Bezahlung bitte über das Hotel Stelserhof. Sie bitten das Reservationsformular <https://stelserhof.ch/zimmerreservation/> zu benutzen.)

Was du mitbringen solltest:

- Eigene Yogamatte & 2 Decken

Anmeldung & Infos:

corinne@yoga-feldkirch.at

+43 699 112 810 66

Wichtig: Die Anmeldung wird erst mit Zahlungseingang der Seminargebühr gültig.

Erlebe Yoga in den Bergen - atme tief durch und tanke neue Energie