



FRÜHLINGSWOCHENENDE IM NATURHOTEL MOLZBACHHOF ****

FREITAG, 25.04. – SONNTAG, 27.04.2025

Kundalini Yoga & Qigong, Atemtechniken, Meditation und Tipps + Tricks für den Alltag sind Werkzeuge für ein außergewöhnlich schönes Wochenende.

Im erholsamen und gemütlichen Rahmen des Naturhotels Molzbachhof stärken wir unser Körper- und Geistbewusstsein und aktivieren unsere Selbstheilungskräfte für mehr Vitalität und Lebenslust.

Heilung kann nur in der Ruhe stattfinden.

Anreise: 25.04.2025 - Es ist schon möglich mittags anzureisen, um in Ruhe Dein Zimmer zu beziehen und die schöne Umgebung zu genießen.

Mit unserer 1. Yogaeinheit beginnen wir um **15:30 Uhr**.

Abreise: 27.04.2025 - Offizielles Ende ist nach einer morgendlichen Qigong Einheit gepaart mit einer wirkungsvollen Kundalini Yoga Meditation und dem ausgiebigen Frühstück.

Darüber hinaus laden wir Dich ein, bei diesem Retreat tiefer in die Praktiken der Achtsamkeit und Selbstfürsorge einzutauchen.

Hier wirst Du inspirierende Techniken erfahren, die Dir auch nach diesem Aufenthalt in Deinem Alltag integrieren kannst. Die Kombination aus der wunderschönen Gegend, praktischen Übungen im Yoga Raum + Freien, Rückzug in der Meditation und die erhebende Gruppenenergie sorgen dafür, dass Du nicht nur Wissen mitnehmen kannst, sondern auch konkrete Fähigkeiten entwickelst, um das Gleichgewicht zwischen Körper und Geist langfristig zu stärken.

Lass Dich im „Spa Gart’l“ von Michaela’s Ayurveda Ölen überraschen und genieße die wohltuende Routine der Selbstmassage, die Dich auf Deiner Reise zur inneren Ruhe unterstützen.

Die harmonische Atmosphäre des Retreats fördert zudem einen intensiven Austausch mit Gleichgesinnten und schafft Raum für wertvolle Begegnungen und Gespräche.

Ort: Naturhotel Molzbachhof ****
Familie Pichler
Tratten 36, 2880 Kirchberg / Wechsel
[+43 2641 2203](tel:+4326412203) / office@molzbachhof.at

Termin: Freitag, 25.04. – Sonntag, 27.04.2025

Preis laut Hotel: 1 EZ Zirbe **Saurücken** um € 153,- pro Nacht inkl. Genusspension

1 DZ **Paradiesgartl** um € 132,- pro Person/Nacht inkl. Genusspension

Da es verschiedene Zimmerkategorien gibt, bitten wir Dich rechtzeitig Kontakt mit dem Hotel aufzunehmen, um Dein gewünschtes Zimmer buchen zu können.

Preis fürs Training + Raummiete: 250 EUR

Verpflegung: Molzi's Genusspension besteht aus einem Frühstücksbuffet, Suppe und Salat zu Mittag und ein mehrgängiges Abendmenü

Mitbringen: gute Stimmung!! – Yogamatte, Decke, Wasserflasche, weiches Tuch für Deine Augen! Kleidung für Outdooraktivitäten- auch bei schlechtem Wetter!

Anmeldung: unter info@michaelahauser.at und office@verabachner.at

Es erfolgt eine getrennte Rechnungslegung zwischen dem Hotel Molzbachhof und uns, Michaela Hauser und Vera Bachner

Gerne kannst du Begleitpersonen mitnehmen, auch wenn sie nicht am Programm teilnehmen! Auf Grund der Zimmerverfügbarkeit und der begrenzten Teilnehmeranzahl von 15 P. empfehle ich allen sich bald anzumelden! 😊



Vera

Bachner

0699/13136666

office@verabachner.at



Michaela

Hauser

0664/32 52 633

info@michaelahauser.at

WIR FREUEN UNS AUF DEIN KOMMEN!