

# PERSONALWORKOUT YOGA RETREAT VORARLBERG

---

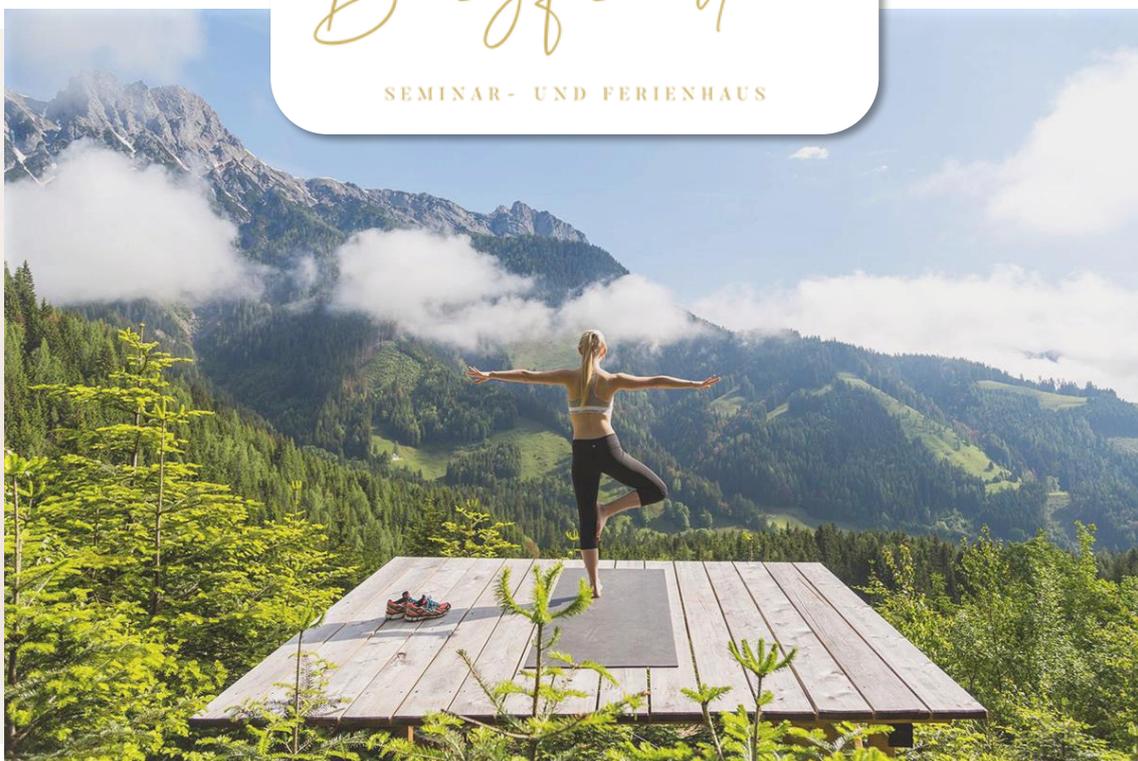
GET A  
TOUR!

---



Bergfrieden

SEMINAR- UND FERIEHAUS





**«AUSZEIT VOM ALLTAG -  
GESUND UND POWERFUL DEN  
SPÄTSOMMER BEGRÜSSEN»**



**LEARN  
MORE!**

# YOGA RETREAT 29.-31. AUGUST 2025

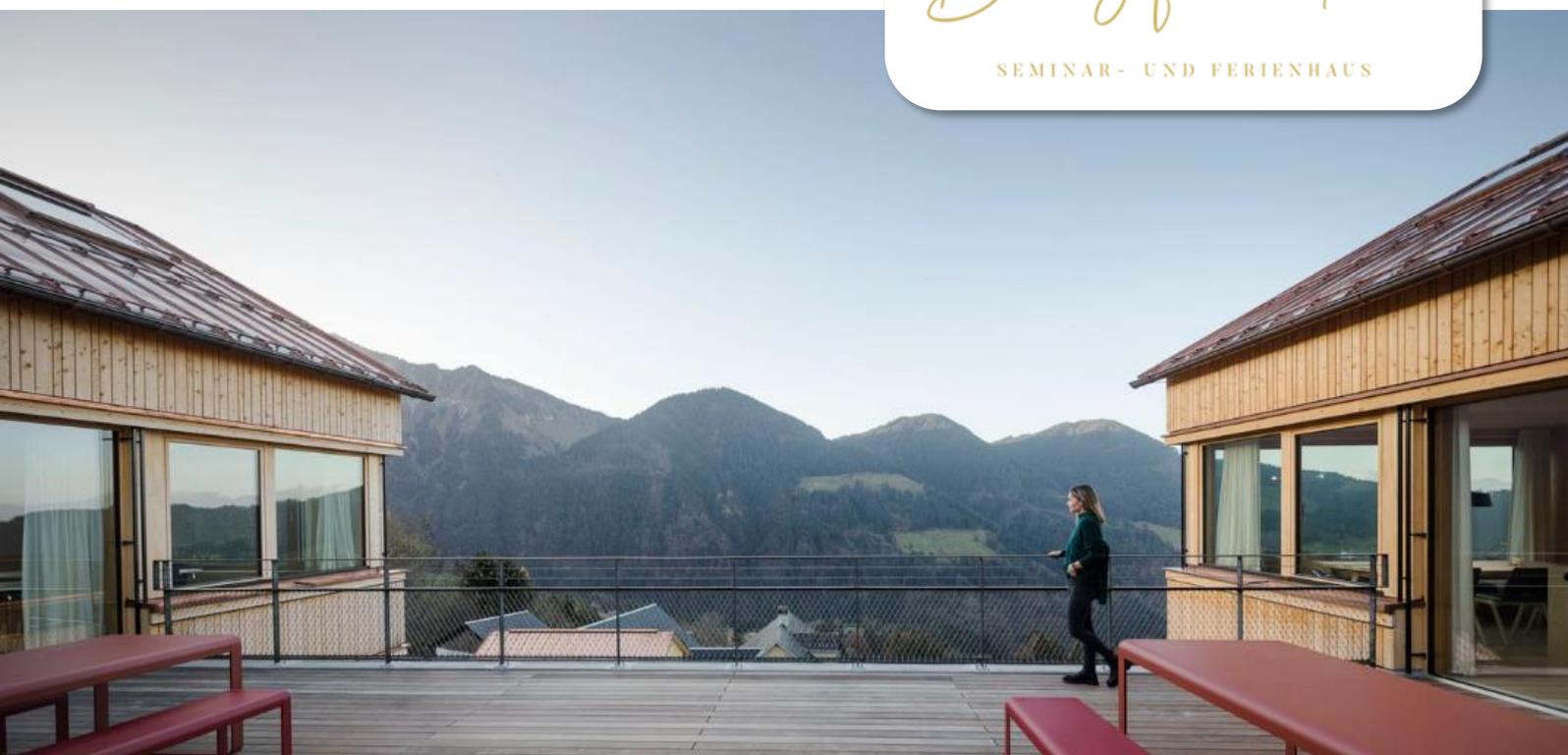
## Das Retreat beinhaltet:

- Yoga
- geführte Meditationen und Entspannung
- 30 Minuten Entspannungsmassage
- Impulsgespräche (optional)



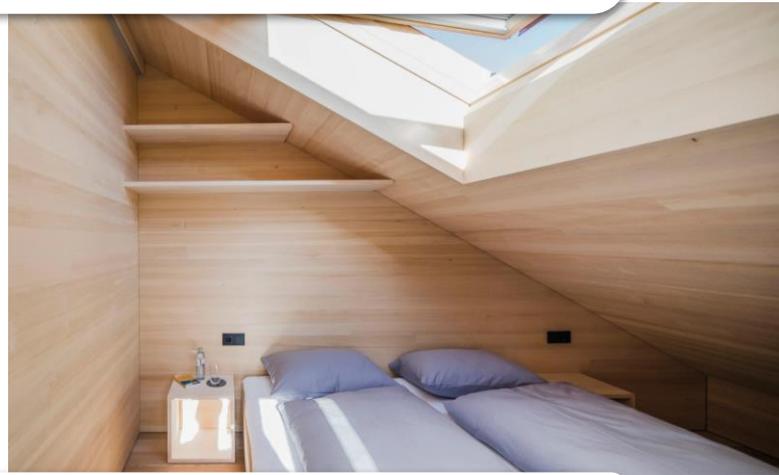
Bergfrieden

SEMINAR- UND FERIENHAUS



## Unterkunft

- Das Seminar- und Ferienhaus Bergfrieden Laterns (Österreich) steht uns zur alleinigen Nutzung zur Verfügung.
- Auf 1170 m ü. M. bietet das Ferienhaus:
  - einen wunderschönen Bergblick
  - eine grosse Terrasse für Yoga-Stunden im Freien
  - Sauna, Sanarium, Infrarot-Kabine, Kneippbecken, Ruhebereich mit Kamin (den wir um diese Jahreszeit hoffentlich nicht brauchen ☺)
  - kostenloses WLAN
- Es stehen 5 DZ zur Verfügung. Beachte den Preis bei Einzelnutzung!
- Wir teilen uns drei Badezimmer.
- Klimaanlage ist vorhanden.



## Verpflegung

- Abwechslungsreiche, gesunde Mahlzeiten sind vorbereitet und geplant, auch für Vegetarier.
- Mithilfe in der Küche ist erwünscht, da wir uns selbst verpflegen.

## LEISTUNG & KOSTEN

Folgende Leistungen sind inkludiert:

- ✓ **2 ÜN im Einzel- oder Doppelzimmer** in einer **fantastischen Berglodge**
- ✓ **Yoga**
- ✓ **4 Meditationen bzw. Achtsamkeitsübungen**
- ✓ **Massage** 1 x 30 min
- ✓ Alle Mahlzeiten
- ✓ **Jede Menge Spass** in einer Gruppe mit Gleichgesinnten

**CHF 799,-** pro Person im **Doppelzimmer**

**CHF 1199,-** pro Person im **Einzelzimmer**

**ohne An- und Abreise**



Bergfrieden  
SEMINAR- UND FERIEHAUS

## BUCHUNG

Anmeldungen bis **20. Mai 2025** direkt bei unserem Team.

Für weitere Fragen stehen dir Sibylle und Nadja zur Seite.



**sibylle@personalworkout.ch**

**nadja@personalworkout.ch**



# ICH NEHME TEIL!

Name	Infos/Fragen zum Retreat: