



ACHTSAMKEITSRETREAT



auf der
Sattelbergalm
23.06 -
25.06.2023

Anfangen werden wir am Freitag 23.06.2023 am Nachmittag und enden werden wir am Sonntag 25.06.2023 mit dem Mittagessen.

Dazwischen geht es fortwährend darum in den aktuellen Moment zu gelangen. Unterstützen werden uns hierbei Übungen aus dem Bereich der **Achtsamkeit**, des **Selbstmitgefühls** sowie des **Yoga**.

Übernachten werden wir auf der Sattelbergalm.

Die Zeit verbringen wir in einem schönen Gruppenraum sowie der umgebenden Natur.

WANN: Freitag 23.06.2023 um 15 Uhr
bis Sonntag 25.06.2023 um 13 Uhr
Einheiten gesamt 16 a 45 min

WO: Sattelbergalm,
6156 Gries am Brenner, Neder 311

Kosten je nach Übernachtungsoption:
inkl. Vollpension und Übernachtung

- 3 Bett Zimmer: Euro 580,-
- 4 Bett Zimmer: Euro 570,-
- 7 Bett Zimmer: Euro 530,-
- 8 Bett Zimmer: Euro 520,-

Auf verschiedene Unverträglichkeiten beim Essen kann eingegangen werden. Bitte bei der Anmeldung angeben.

Anfragen sowie Anmeldung unter:
kontakt@markusfelder.at