

Sommersonnenwende

Yoga im Einklang
mit der Natur



Yoga Retreat
20. - 22. Juni 2025
Trogen AR



Yoga im Einklang mit der Natur

Die Sommersonnenwende markiert den Sommeranfang, den längsten Tag im Jahr und damit auch den Tag mit dem meisten Licht. Wir umarmen den Geist des Sommers und feiern die Kraft und das Leben. Ruhig und bewegt, zwischen yin und yang vertiefen wir unsere Yogapraxis.

Haus Lindenbühl

Das Haus in den Hügeln von Appenzell mit seinen liebevoll gestalteten Räumen und dem verwunschenen Garten lädt zum Verweilen ein. Von der Küche werden wir mit Gerichten aus saisonalem und regionalen Anbau verwöhnt.

Leitung

Sonya Schwarz und Kristina Tischhauser, Yogalehrerinnen YCH. Wir haben uns während unserer vierjährigen Ausbildung zur Yogalehrerin kennen und schätzen gelernt. Mit viel Freude teilen wir unser Wissen mit euch in einem unserer gemeinsamen Retreats.



Angebot

Retreat: CHF 250.-- (CHF 230.-- für early birds, die bis Ende Januar 2025 buchen) zuzüglich CHF 262.- (DZ) oder CHF 290.-- (EZ) für 2 Übernachtungen mit Vollpension.

Anmeldung: yoga@soulseed.ch oder kristina@einfachyoga.ch.