

5 RHYTHMEN & YOGA

20.-23.02.2025

im Kientalerhof

mit
Cristina Peña & Michael Schörnig



**Das Retreat für
mehr Vitalität,
Leichtigkeit und
Lebensfreude**

*Yoga stabilisiert und weitet,
Tanzen befreit. Vier Tage
voller Bewegung und Stille,
Wildheit und Langsamkeit,
Sein unter Gleichgesinnten
und Einkehr in Dir.*

**be
with
us**



5R + YOGA

Im Kursbeitrag enthalten:

täglich 1x Tanzen mit Cristina und
1 x Bewegungsimpulse, Yoga,
Atemarbeit und Meditation mit Michael
Bio-vegi Vollpension, Früchte & Tee,
optionale Workshops & Mantrasingen

Möglichkeiten:

geniesse das Winterwunderland rund
um den Kientalerhof in seiner ganzen
Vielfalt - beim Schlitteln, Skifahren
oder auf den Winterwanderwegen

Unterkunft, nicht inklusive:

Einzel-, Doppel-, Mehrbettzimmer
direkt beim Kientalerhof buchbar

Kursbeitrag 4 Tage: chf 275

Info & Anmeldung:

micha.schoernig@gmx.net



Keine Lust auf Winter?

Der Termin unseres
Sommer-Retreats am
Bodensee im schönen
Schloss Glarisegg steht:

26.7 bis 30.7.2025