



## Yoga Retreat „Summer, Sun & Soul“ 12. - 15. August 2022

Freitag, 12. August 2022

15:00-17:00 Check-In  
17:00-18:30 Hatha Yoga – SUN  
19:00-20:30 Abendessen

Samstag, 13. August 2022

08:00-09:00 Yin Yoga – SUMMER  
09:00-10:00 Frühstück  
10:00-12:00 Optional: SUP Yoga Schnuppern  
12:00-17:00 Zeit zur freien Verfügung (s.u.)  
17:00-18:30 Power Yoga – SWEAT  
19:00-20:30 Abendessen

Sonntag, 14. August 2022

08:00-09:00 Slow Yoga – SOUL  
09:00-10:00 Frühstück  
10:00-17:00 Zeit zur freien Verfügung (s.u.)  
17:00-18:30 Dance Yoga – SHAKE  
19:00-20:30 Abendessen

Montag, 15. August 2022

08:00-09:00 Flow & Grow – SPIRIT  
09:00-10:00 Frühstück  
10:00-12:00 Check-Out

Ideen zur Freizeitgestaltung:

- \* SEEle baumeln lassen am Neufeldersee (freier Zugang vom Hotel aus)
  - \* Wassersport am See – Tauchen, Surfen, Segeln, ... <https://neufelder-see.at>
  - \* ORF Burgenland Fest am Freitagabend <https://burgenland.orf.at>
  - \* Wanderungen, Radtouren & Spaziergänge in der Region <https://bergfex.at>
  - \* Tagesausflug nach Eisenstadt (15 Minuten mit dem Auto, 24 mit dem Bus)
- ... und natürlich die Nutzung des hoteleigenen Wellnessbereichs!

Änderungen vorbehalten