



SUP Yoga Retreat 7. - 9. August 2026

Freitag, 7. August 2026

15:00-18:00 Check-In

18:00-19:30 SUP Yoga: Hatha Basics

20:00-21:00 Abendessen

Samstag, 8. August 2026

08:00-09:00 SUP Yoga: Vinyasa Flow

09:15-10:15 Frühstück

11:00-12:30 Stand Up Paddling Workshop

18:00-19:30 SUP Yoga: Yin & Meditation

20:00-21:00 Abendessen

Sonntag, 9. August 2026

08:00-09:00 SUP Yoga: Power & Balance

09:30-12:00 Frühstück

12:00 Check-Out

Ideen zur Freizeitgestaltung:

- * SEEle baumeln lassen am Ottensteiner Stausee
- * Wanderungen, Radtouren & Spaziergänge in der Region <https://bergfex.at>
- * Besichtigung des Falknerei- und Greifvogelzentrums beim Schloss Walldreichs
- * Tagesausflug nach Zwettl (15 Minuten mit dem Auto)

... und vieles mehr!