



Winter Hideaway & Erdung – Dein Yoga & Ayurveda Rückzugsort am Bodensee

Entfliehe dem Vorweihnachtsstress und finde tiefe innere Ruhe. Drei Tage Regeneration, wärmendes Yoga und ayurvedische Kulinarik im exklusiven Seegut Zeppelin.

Wenn die Tage kürzer werden und der Nebel sich sanft über den Bodensee legt, sehnt sich unser Nervensystem nach Ruhe, Wärme und Geborgenheit. Ab November schaltet die Natur auf Rückzug – und wir tun es ihr gleich.

In der geschützten Atmosphäre des Seegut Zeppelin, direkt am winterlichen Seeufer, schenken wir dir ein Wochenende voller Erdung. Dieses Retreat verbindet die stabilisierende Kraft des Yoga mit dem jahrtausendealten Wissen des Ayurveda. Wir bringen dein *Vata*-Dosha (das Wind- und Bewegungselement, das im Spätherbst oft für Unruhe und Erschöpfung sorgt) wieder in die Balance.

Melde dich an und fülle deine inneren Kraftreserven (*Ojas*) für den Winter auf.

✿ Das erwartet dich an diesem Wochenende:

- **Erdendes & Regeneratives Yoga:** Kraftvolle, langsame Flows am Morgen im lichtdurchfluteten Yogaraum; tiefenentspannendes Yin Yoga und Yoga Nidra am Abend.
- **Vegi und Vegane Wohlfühlküche:** Drei Tage lang wärmende, nährende und frisch zubereitete Speisen, die perfekt auf die kalte Jahreszeit abgestimmt sind.
- **Natur & Stille:** Achtsame Spaziergänge durch den 4 Hektar großen Landschaftspark direkt am See, um die klare Winterluft einzuatmen.
- **Wissen für den Alltag:** Ein praxisnaher Ayurveda-Workshop, in dem du lernst, wie du mit warmen Routinen, Gewürzen und Self-Care gut durch die kalte Jahreszeit kommst.
- **Exklusives Add-on: Deep Release mit Thai Yoga Massage**
Du sehnst dich nach noch mehr tiefer Entspannung? Gönn dir eine private Thai Yoga Massage (60 Min.) bei mir. Bei dieser traditionellen Körperarbeit – auch „passives Yoga“ genannt – wirst du in bequemer Kleidung sanft gedehnt, bewegt und durch Akupressur von tief sitzenden Verspannungen befreit. Perfekt, um das Nervensystem im November komplett herunterzufahren.
(Nur 3 Plätze verfügbar – bitte direkt bei der Anmeldung für 85 € dazubuchen).

📅 Hard Facts für deine Buchung:

- **Wann:** [Datum einfügen, z. B. Freitag bis Sonntag im November/Dezember]
- **Wo:** Seegut Zeppelin, Friedrichshafen (Direkte Seelage, moderner Design-Yogaraum, hoteleigener Spa-Bereich)
- **Für wen:** Alle Level willkommen – vom Yoga-Anfänger bis zum erfahrenen Yogi. Keine Ayurveda-Vorkenntnisse nötig.

Gesamtinvestition für dein Wohlfühl-Wochenende:

- **Retreat-Gebühr (Yoga, Workshops & Goodies):** 350 € (Early Bird: 290 €)
- **Zimmer & vegetarisch-vegane Halbpension:** ab ca. € (für 2 Nächte im DZ)
- **Gesamtpreis ab ca. € pro Person für ein All-Inklusive-Wochenende.**

Stornobedingungen & Wichtige Hinweise 1. Anmeldung und Zahlungsbedingungen

- Die Anmeldung zum Retreat erfolgt schriftlich per E-Mail und ist verbindlich.
- Nach der Anmeldung erhalten Sie eine Rechnung über die Seminargebühr.
- Der Betrag ist innerhalb von 14 Tagen nach Rechnungsstellung ohne Abzug zu überweisen, um Ihren Platz in der

Gruppe (max. 10 Personen) fest zu sichern.

2. Rücktritt durch den Teilnehmer (Stornierung)

Sollten Sie unerwartet nicht am Retreat teilnehmen können, teilen Sie dies bitte umgehend schriftlich per E-Mail mit. Da die Teilnehmerzahl streng limitiert ist, gelten für die Stornierung der Seminargebühr folgende gestaffelte Pauschalen:

•

Bis 6 Wochen vor Retreat-Beginn: Die Stornierung ist kostenfrei. Bereits gezahlte Seminargebühren werden vollständig zurückerstattet.

Ab 6 Wochen bis 2 Wochen vor Retreat-Beginn: Es werden 50 % der Seminargebühr als Stornokosten einbehalten.

Ab 14 Tage vor Retreat-Beginn oder bei Nichterscheinen: Es werden 100 % der Seminargebühr einbehalten. 💡

Tipp für Teilnehmer: Wenn Sie eine Ersatzperson benennen, die Ihren Platz zu den gleichen Bedingungen übernimmt,

•

•

entfallen die Stornokosten komplett. Sobald die Seminargebühr der Ersatzperson eingegangen ist, erhalten Sie Ihren Betrag zurück.

3. Wichtiger Hinweis zur Hotelbuchung

Bitte beachten Sie, dass die Stornierung des Seminars **nicht** automatisch die Stornierung Ihres Zimmers im Hotel Bären beinhaltet.

Für das Zimmer gelten ausschließlich die Stornobedingungen und Fristen des Hotels Bären Mellau. Wir empfehlen den Abschluss einer privaten Reiserücktrittsversicherung.

4. Absage durch die Veranstalterin / Mindestteilnehmerzahl

- Das Retreat findet ab einer **Mindestteilnehmerzahl von 6 Personen** statt.

Sollte diese Zahl bis 4 Wochen vor dem Termin nicht erreicht werden oder das Retreat durch unvorhersehbare Ereignisse (z. B. Erkrankung der Leitung) abgesagt werden müssen, wird die Seminargebühr sofort zu 100 %

zurückerstattet.

- Weitergehende Ansprüche (z. B. Stornokosten für bereits gebuchte Hotelzimmer oder Anreisetickets) sind ausgeschlossen.

Empfehlung für Ihren nächsten Schritt vor Ort

Wenn Sie die Anfrage an das Hotel Bären senden, lassen Sie sich am besten schriftlich bestätigen, dass die **Option auf das Zimmerkontingent taggleich mit Ihrer Stornofrist (also genau 6 Wochen vor dem Retreat)** endet. So läuft Ihr Kontingent stressfrei aus, falls Sie die Mindestteilnehmerzahl nicht erreichen sollten.