



2027

YOGA RETREATS



IN ÖSTERREICH & SÜDTIROL





Alle Retreats für 2027 auf 1 Blick

Fr,22. - So, 24.1.2027	Propstei St. Gerold bei Bludenz	1,15h vom Bodensee
Do,18. – So,21.3.2027	Hotel Belvedere, bei Bozen	4,00h vom Bodensee
Do, 15. - So, 18.4.2027	Seehof Nature Retreat, bei Brixen	4,00h vom Bodensee
Fr,23. - So,25.4.2027	Hotel Sarotla, Brand	1,10h vom Bodensee
Fr,11. – So,13.6.2027	Hotel Gasthof Adler, Damüls	1,30h vom Bodensee
Do,24. – So,27.6.2027	Schenna Resort, bei Meran	4,00h vom Bodensee
Fr,5. - So,7.11.2027	Hotel Sarotla, Brand	1,10h vom Bodensee
Fr,12. - So,14.11.2027	Hotel Sarotla, Brand	1,10h vom Bodensee
Fr,19. - So, 21.11.2027	Bio Hotel Ifenblick, Balderschwang	1,15h v. Bodensee



YOGA & VISION RETREAT

ZEIT FÜR DICH, DEINE WÜNSCHE UND DEINE AUSRICHTUNG FÜR 2027
IN DER PROPSTEI ST. GEROLD BEI BLUDENZ

Datum: Fr,22.1. - So,24.1.2027 / **Anmeldefrist:** bis 30.11.2026

Yoga-&Visionseinheiten: 2x 90min nachmittags, 2x 90min morgens

TN: mindestens 6, max 10TN

Kosten Propstei: 163€ p.P. u. Nacht in einem der 7 EZ beatus/ 185€ p.P. u. Nacht in einem der 3 DZ beatus zur Einzelnutzung o 145€/Nacht p.P. bei Doppelbelegung / zstzl. 1x 1,10€ Mobilitätsbeitrag & 4€ Ortstaxe/Nacht

Inklusivleistungen: Vollpension, ggf. Meditation mit Pferden, Besichtigung des Klosterladens u des Pferdestalls

Kosten Yoga & Yogaraum: 250€ an Kathleen

Anmeldung: 1. bei Kathleen/ 2. bei www.propstei-stgerold.at



YOGA & VISION RETREAT

ZEIT FÜR DICH, DEINE WÜNSCHE UND DEINE AUSRICHTUNG FÜR 2027
IN DER PROPSTEI ST. GEROLD BEI BLUDENZ

Stornobedingungen Hotel: bis 28Tage vor Anreise kostenlos

Stornobedingungen Kathleen`s Yogapauschale (falls kein Ersatz gefunden wird):
ab 2 Monate vor Anreise 50%, ab 30 Tage vor Anreise 100%

Empfehlung: Reiserücktrittsversicherung u/o Seminaerausfallversicherung (inkl. Abbruch - z.B. von der ERGO Versicherung)



- **ANKOMMEN** – Sanfter Yoga Flow · Atem & Achtsamkeit
- **LOSLASSEN** – Fließende Yogapraxis · Jahresrückblick · Dankbarkeit · Loslass-Ritual
- **VISION** – Yoga&Meditation “Zukunftsreise” · Vision Board 2027
- **AUSRICHTEN** – Kraftvoller Morning Flow · Vision verankern

YOGA & TRANSFORMATION RETREAT

EINE REISE ZU DIR SELBST – DURCH BEWEGUNG, STILLE, ATEM UND NEUE LEBENDIGKEIT
IN JENESIEN (OBERHALB VON BOZEN) - CA. 4H VOM BODENSEE ENTFERNT

Datum: Do, 18. - So 21.3.27 / Anmeldefrist: bis 13.11.2026

Yoga u Mehr: 4x 90min & 2x75min morgens & nachmittags

TN: mindestens 6 , max 10TN

Kosten Hotel für 3 Nächte: DZ Classic Einzelnutzung 650€, DZ Classic Doppelbelegung 580€ p.P. / Superior Room Einzelnutzung 680€, Doppelbelegung auf Anfrage / Deluxe Room Petit Einzelnutzung 740€, Doppelbelegung auf Anfrage/ zstzl. 3€ Ortstaxe/ Nacht

Inklusivleistungen: Spa Nutzung, Halbpension, Gästekarte "Bozencard"

Kosten Yoga & Yogaraum: 315€ an Kathleen

Anmeldung: bei Kathleen



YOGA & TRANSFORMATION RETREAT

EINE REISE ZU DIR SELBST – DURCH BEWEGUNG, STILLE, ATEM UND NEUE LEBENDIGKEIT
IN JENESIEN (OBERHALB VON BOZEN) - CA. 4H VOM BODENSEE ENTFERNT

Stornobedingungen Hotel: bis 4 Wochen vor Anreise: kostenlose Stornierung, bis 14 Tage vor Anreise: 50 %, bis 3 Tage vor Anreise: 70 %, ab 3 Tagen vor Anreise oder bei Nichtanreise: 100 % des Gesamtbetrags

Stornobedingungen Kathleen`s Yogapauschale (falls kein Ersatz gefunden wird):
ab 2 Monate vor Anreise 50%, ab 30 Tage vor Anreise 100%

Empfehlung: Reiserücktrittsversicherung u/o Seminaerausfallversicherung (inkl. Abbruch - z.B. von der ERGO Versicherung)



SOMATIC YOGA RETREAT

SPÜREN STATT FUNKTIONIEREN. LOSLASSEN, WAS BELASTET, UND BEI DIR ANKOMMEN

BEI BRIXEN - CA. 4H VOM BODENSEE ENTFERNT

Datum: Do, 15. - So 18.4.27 / Anmeldefrist: bis 2.2.2027

Yoga u Mehr: 4x 90min & 2x75min morgens & nachmittags

TN: mindestens 6, max 10TN

Kosten Hotel für 3 Nächte: DZ Classic Lake Einzelnutzung 615€, DZ Classic Lake Doppelbelegung 930€ 2 Personen / Living Junior Suit 984€ 2 Personen / zstzl. 3,40€ Ortstaxe/Nacht

Inklusivleistungen: Spa Nutzung, Halbpension, Gästekarte

Kosten Yoga & Yogaraum: 315€ an Kathleen

Anmeldung: 1) bei Kathleen 2) www.seehof.it mit Kenncode "retreat Kathleen"



SOMATIC YOGA RETREAT

SPÜREN STATT FUNKTIONIEREN. LOSLASSEN, WAS BELASTET, UND BEI DIR ANKOMMEN

BEI BRIXEN - CA. 4H VOM BODENSEE ENTFERNT

Stornobedingungen Hotel: siehe Hotel Internetseite

Stornobedingungen Kathleen`s Yogapauschale (falls kein Ersatz gefunden wird):

ab 2 Monate vor Anreise 50%, ab 30 Tage vor Anreise 100%

Empfehlung: Reiserücktrittsversicherung u/o Seminarausfallversicherung (inkl. Abbruch - z.B. von der ERGO Versicherung)



YOGA & NERVOUS SYSTEM RETREAT

BEWEGEN, LÖSEN, ATMEN – FÜR MEHR RUHE IM NERVENSYSTEM UND NEUE ENERGIE IM KÖRPER
IM SCHÖNEN BRANDNERTAL - NUR 1,10MIN VOM BODENSEE ENTFERNT!

Datum: Fr,23.- So,25.4.2027 / **Anmeldefrist:** bis 18.1.2027

Yogaeinheiten: 2x 90min nachmittags, 2x 90min morgens

TN: mindestens 7 , max 12TN

Kosten Hotel: 160€ p.P. u. Nacht im DZ,
185€ p.P. u. Nacht im DZ zur Einzelnutzung

Inklusivleistungen: Spa Nutzung, 3/4 Verwöhpension

Kosten Yoga & Yogaraum: 210€ an Kathleen

Anmeldung: 1. bei Kathleen/ 2. bei www.sarotla.at (Kennwort "Yoga mit Kathleen")



Highlights:

Yoga Flow, FaszienYoga ,
Atemreise, Neuro Yoga

YOGA & NERVOUS SYSTEM RETREAT

BEWEGEN, LÖSEN, ATMEN – FÜR MEHR RUHE IM NERVENSYSTEM UND NEUE ENERGIE IM KÖRPER
IM SCHÖNEN BRANDNERTAL - NUR 1,10MIN VOM BODENSEE ENTFERNT!

Stornobedingungen Hotel: siehe Sarotla Internetseite

Stornobedingungen Kathleen`s Yogapauschale (falls kein Ersatz gefunden wird):
ab 2 Monate vor Anreise 50%, ab 30 Tage vor Anreise 100%

Empfehlung: Reiserücktrittsversicherung u/o Seminarausfallversicherung (inkl.
Abbruch - z.B. von der ERGO Versicherung)



LONGIVITY & HEALTH RETREAT

STÄRKE DEINEN KÖRPER, TRAINIERE DEIN GEHIR. INVESTIERE IN DEINE GESUNDHEIT.
IN DAMÜLS - NUR 1,25MIN VOM BODENSEE ENTFERNT!

Datum: Fr,11. - So,13.6.2027/ **Anmeldefrist:** bis 15.3.2027

Move&Mobility Einheiten: 2x 90min nachmittags, 2x 90min morgens

TN: mindestens 6, max 10TN

Kosten Hotel: 132€ p.P. & Nacht im Standard oder 143€ zur Einzelnutzung, inkl HP

137€ p.P. & Nacht im DZ Komfort oder 167€ zur Einzelnutzung, inkl HP

147€ p.P. u. Nacht in der Suite oder 182€ zur Einzelnutzung, inkl HP

Inklusivleistungen: Spa Nutzung (Pool ab 9.00, Sauna ab 14.00), HP

Kosten Yoga & Yogaraum: 210€ an Kathleen

Anmeldung: 1. bei Kathleen/ 2. bei www.adler-damuels.at (Kennwort "Retreat Juni")



Zielgruppe:

für Männer, für Frauen, für Paare

Highlights:

Functional Training - starke Muskeln & Knochen

Mobility meets Coordination - Beweglichkeit & Gleichgewicht

Core & Stabilität - gesunde Haltung & Mitte

Neuro Training - Gedächtnis- & Brain-Body Training

LONGIVITY & HEALTH RETREAT

STÄRKE DEINEN KÖRPER, TRAINIERE DEIN GEHIR. INVESTIERE IN DEINE GESUNDHEIT.
IN DAMÜLS - NUR 1,25MIN VOM BODENSEE ENTFERNT!

Stornobedingungen Hotel: siehe Hotel Internetseite

Stornobedingungen Kathleen`s Yogapauschale (falls kein Ersatz gefunden wird):

2Monate vor Anreise 50%, ab 30Tage vor Anreise 100%

Empfehlung: Reiserücktrittsversicherung u/o Seminaerausfallversicherung (inkl. Abbruch - z.B. von der ERGO Versicherung)



YOGA & TRANSFORMATION RETREAT

EINE REISE ZU DIR SELBST – DURCH BEWEGUNG, STILLE, ATEM UND NEUE LEBENDIGKEIT
IN SCHENNA (OBERHALB VON MERAN) - CA. 4H VOM BODENSEE ENTFERNT

Datum: Do, 24. - So 27.6.27 / **Anmeldefrist:** bis 15.3.2027

Yoga u Mehr: 4x 90min & 2x75min morgens & nachmittags

TN: mindestens 6 , max 10TN

Kosten Hotel für 3 Nächte: DZ Superior Einzelnutzung 708€, DZ Superior Doppelbelegung 1194€ für 2P. / zstzl. 3€ Ortstaxe/ Nacht

Inklusivleistungen: Spa Nutzung, Halbpension, Gästekarte

Kosten Yoga & Yogaraum: 315€ an Kathleen

Anmeldung: 1) bei Kathleen 2) www.schennaresort.com mit Code "Retreat Kathleen"



YOGA & TRANSFORMATION RETREAT

EINE REISE ZU DIR SELBST – DURCH BEWEGUNG, STILLE, ATEM UND NEUE LEBENDIGKEIT
IN SCHENNA (OBERHALB VON MERAN) - CA. 4H VOM BODENSEE ENTFERNT

Stornobedingungen Hotel: bis 60 Tage vor dem vereinbarten Anreisetag kostenlose Stornierung, von 60 bis 15 Tage vor Anreise: 60% des Gesamtpreises
von 14 bis 8 Tage vor Anreise: 80% des Gesamtpreises
Stornierungen mit weniger als 7 Tage vor Anreise: 100% des Gesamtpreises

Stornobedingungen Kathleen`s Yogapauschale (falls kein Ersatz gefunden wird):
ab 2 Monate vor Anreise 50%, ab 30 Tage vor Anreise 100%

Empfehlung: Reiserücktrittsversicherung u/o Seminausfallversicherung (inkl. Abbruch - z.B. von der ERGO Versicherung)



SOMATIC YOGA RETREAT

SPÜREN STATT FUNKTIONIEREN. LOSLASSEN, WAS BELASTET, UND BEI DIR ANKOMMEN
IM SCHÖNEN BRANDNERTAL - NUR 1,10MIN VOM BODENSEE ENTFERNT!

Datum: Fr,05.- So,07.11.2027 / **Anmeldefrist:** bis 21.7.2027

Yogaeinheiten & Mehr: 2x 90min nachmittags, 2x 90min morgens

TN: mindestens 7, max 12TN

Kosten Hotel: 160€ p.P. u. Nacht im DZ,

185€ p.P. u. Nacht im DZ zur Einzelnutzung

Inklusivleistungen: Spa Nutzung, 3/4 Verwöhnpension

Kosten Yoga & Yogaraum: 210€ an Kathleen

Anmeldung: 1. bei Kathleen/ 2. bei www.sarotla.at (Kennwort "Yoga mit Kathleen")



Highlights:

Yoga Flow, Somatic Yoga, Emotional
Stress Release, Atemarbeit

SOMATIC YOGA RETREAT

SPÜREN STATT FUNKTIONIEREN. LOSLASSEN, WAS BELASTET, UND BEI DIR ANKOMMEN
IM SCHÖNEN BRANDNERTAL - NUR 1,10MIN VOM BODENSEE ENTFERNT!

Stornobedingungen Hotel: siehe Sarotla Internetseite

Stornobedingungen Kathleen`s Yogapauschale (falls kein Ersatz gefunden wird):

ab 2 Monate vor Anreise 50%, ab 30 Tage vor Anreise 100%

Empfehlung: Reiserücktrittsversicherung u/o Seminausfallversicherung (inkl.

Abbruch - z.B. von der ERGO Versicherung)



YOGA & NERVOUS SYSTEM RETREAT

BEWEGEN, LÖSEN, ATMEN – FÜR MEHR RUHE IM NERVENSYSTEM UND NEUE ENERGIE IM KÖRPER
IM SCHÖNEN BRANDNERTAL - NUR 1,10MIN VOM BODENSEE ENTFERNT!

Datum: Fr,12.- So,14.11.2027 / **Anmeldefrist:** bis 21.7.2027

Yogaeinheiten & Mehr: 2x 90min nachmittags, 2x 90min morgens

TN: mindestens 7, max 12TN

Kosten Hotel: 160€ p.P. u. Nacht im DZ,
185€ p.P. u. Nacht im DZ zur Einzelnutzung

Inklusivleistungen: Spa Nutzung, 3/4 Verwöhnpension

Kosten Yoga & Yogaraum: 210€ an Kathleen

Anmeldung: 1. bei Kathleen/ 2. bei www.sarotla.at (Kennwort "Yoga mit Kathleen")

Highlights:

Yoga Flow, FaszienYoga,
Atemreise, Neuro Yoga



YOGA & NERVOUS SYSTEM RETREAT

BEWEGEN, LÖSEN, ATMEN – FÜR MEHR RUHE IM NERVENSYSTEM UND NEUE ENERGIE IM KÖRPER
IM SCHÖNEN BRANDNERTAL - NUR 1,10MIN VOM BODENSEE ENTFERNT!

Stornobedingungen Hotel: siehe Sarotla Internetseite

Stornobedingungen Kathleen`s Yogapauschale (falls kein Ersatz gefunden wird):

ab 2 Monate vor Anreise 50%, ab 30 Tage vor Anreise 100%

Empfehlung: Reiserücktrittsversicherung u/o Seminausfallversicherung (inkl.
Abbruch - z.B. von der ERGO Versicherung)



JAHRESAUSKLANG BIO-RETREAT

WÜRDIGEN - WAS WAR, LOSLASSEN - WAS GEHEN DARF UND RAUM SCHAFFEN FÜR NEUES.

IN BALDERSCHWANG - NUR 1,15MIN VOM BODENSEE ENTFERNT!

Datum: Fr,19.- So,21.11.2027 / **Anmeldefrist:** bis 21.7.2027

Yogaeinheiten & Mehr: 2x 90min nachmittags, 2x 90min morgens

TN: mindestens 7, max 10TN

Kosten Zimmer für 2 Nächte zur Einzelnutzung: Nagelfluh 354€, Feuerstätter o Riedbergerhorn 400€, Doppelnutzung Preis auf Anfrage / zstzl 2,80€/Nacht Ortstaxe

Inklusivleistungen: Spa Nutzung, 3/4 Verwöhnpension

Kosten Yoga & Yogaraum: 250€ an Kathleen

Anmeldung: 1. bei Kathleen/ 2. bei www.berghotel-ifenblick.de (Kennwort "Yoga mit Kathleen")



Highlights:

Rückblick, Yoga Flow, Somatic Yoga,
Yoga Dance & let go



JAHRESAUSKLANG BIO-RETREAT

WÜRDIGEN, WAS WAR, LOSLASSEN, WAS GEHEN DARF UND RAUM SCHAFFEN FÜR NEUES.

IN BALDERSCHWANG - NUR 1,15MIN VOM BODENSEE ENTFERNT!

Stornobedingungen Hotel: siehe Ifenblick Internetseite

Stornobedingungen Kathleen`s Yogapauschale (falls kein Ersatz gefunden wird):

ab 2 Monate vor Anreise 50%, ab 30 Tage vor Anreise 100%

Empfehlung: Reiserücktrittsversicherung u/o Seminarausfallversicherung (inkl. Abbruch - z.B. von der ERGO Versicherung)

