



2026

YOGA RETREATS



IN DEN BERGEN





Alle Retreats für 2026 auf 1 Blick

Fr,20. - So, 22.3.2026	Hotel Sonne, Mellau	1,15 h vom Bodensee
Fr,24. – So,26.4.2026	Hotel Sarotla, Brand	1,10 h vom Bodensee
Fr, 19. - So, 21.6.2026	Gesundheitshotel König, Allgäu	45min vom Bodensee
Fr,2. - So,4.10.2026	Hotel Gasthof Adler Damüls	1,30 h vom Bodensee
Fr,6. – So,8.11.2026	Hotel Sarotla, Brand	1,10 h vom Bodensee
Fr,13. – So,15.11.2026	Hotel Sarotla, Brand	1,10 h vom Bodensee



YOGA RETREAT

IN MELLAU, BREGENZERWALD - NUR 1,15MIN VOM BODENSEE ENTFERNT!

Datum: Fr,20.3. - So,22.3.2026 / **Anmeldefrist:** bis Mo,26.1.2026

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

TN: mindestens 7, max 10TN

Kosten Hotel: 230€ p.P. u. Nacht im DZ,
250€ p.P. u. Nacht im DZ zur Einzelnutzung

Inklusivleistungen: Spa Nutzung, 3/4 Verwöhhnpension, Käse von morgens bis
abends aus der Käsevitrine, immer Getränke in der FitnessLounge

Kosten Yoga & Yogaraum: 185€ an Kathleen

Anmeldung: 1. bei Kathleen/ 2. bei www.sonnemellau.com
(Kennwort "Yogaretreat März")



Highlights:

Yoga Flow, FaszienYoga & Atem
Yoga Trance Dance



YOGA RETREAT

IN MELLAU, BREGENZERWALD - NUR 1,15MIN VOM BODENSEE ENTFERNT!

Stornobedingungen Hotel: siehe Sonne Mellau 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 Seminaerausfallversicherung (inkl.
Abbruch - z.B. von der ERGO Versicherung)



YOGA RETREAT

IM SCHÖNEN BRANDNERTAL - NUR 1,10MIN VOM BODENSEE ENTFERNT!

Datum: Fr,24.- So,26.4.2026_ / **Anmeldefrist:** bis Mo,26.1.2026

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 Verwöhnpension

Kosten Yoga & Yogaraum: 195€ an Kathleen

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



YOGA RETREAT

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 Seminaerausfallversicherung (inkl.
Abbruch - z.B. von der ERGO Versicherung)



BASEN BALANCE RETREAT

IN GRÜNENBACH, ALLGÄU - NUR 45MIN VOM BODENSEE ENTFERNT!

Datum: Fr,19.6. - So,21.6.2026 / **Anmeldefrist:** bis Mo,27.4.2026

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

TN: mindestens 6 , max 9TN

Kosten Hotel: 140€ p.P. u. Nacht im kleinen EZ, 160€ p.P. im EZ mit Balkon
Doppelapartment 100€ p.P. u. Nacht o 220€ p.P. u Nacht zur Einzelbelegung

Inklusivleistungen: Pool&Sauna, Basische Verpflegung inkl. Frühstück /
Suppe u Snack am Nachmittag sowie Abendessen

Kosten Yoga & Yogaraum: 185€ an Kathleen

Anmeldung: 1. bei Kathleen/ 2. bei www.gesundheitshotel-koenig.de
(Kennwort "Yogaretreat Kathleen Juni")



YOGA RETREAT

IN GRÜNENBACH, ALLGÄU - NUR 45MIN 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 Seminaerausfallversicherung (inkl.
Abbruch - z.B. von der ERGO Versicherung)



MÄNNER RETREAT

IN DAMÜLS - NUR 1,25MIN VOM BODENSEE ENTFERNT!

Datum: Fr,02. - So,04.10.2026 / Anmeldefrist: bis 13.04.2026

In & Outdooreinheiten für jedermann u an alle Levels angepasst

Fr 17.00	Gesunder Rücken/ Stabiler Core mit Basti
Sa 7.45	In-/Outdoor Training mit Basti (je nach Wetter)
Sa nach Frühstück	Wanderung (freiwillig) danach Zeit für Sauna,...
Sa 17.00	Männergesundheit 2.0: Nährstoffe für Energie-/Zell-/ Stressschutz mit Kathleen
Sa 17.30	Flexibilität & Mobilität mit Kathleen
So 7.45	In-/Outdoor Training mit Basti (je nach Wetter)



Basti:
Fitnesstrainer

Kathleen:
Yoga- & Breathworktrainer,
Ernährungs- & Vitalstoffberater

MÄNNER RETREAT

IN DAMÜLS - NUR 1,25MIN VOM BODENSEE ENTFERNT!

TN: mindestens 6 , max 10TN

Kosten Hotel : 130€ p.P. & Nacht im DZ Standard oder 140€ zur Einzelnutzung,
135€ p.P. & Nacht im DZ Komfort oder 165€ zur Einzelnutzung,
145€ p.P. u. Nacht in der Suite oder 180€ zur Einzelnutzung

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

Kosten Aktivitäten & Raum: 195€ an Basti & Kathleen

Anmeldung: 1. bei Kathleen bzw Basti/ 2. bei www.adler-damuels.at
(Kennwort "Männerretreat Okt")



MÄNNER RETREAT

IN DAMÜLS - NUR 1,25MIN VOM BODENSEE ENTFERNT!

Stornobedingungen Hotel: siehe Hotel Internetseite

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

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

YOGA RETREAT

IM SCHÖNEN BRANDNERTAL - NUR 1,10MIN VOM BODENSEE ENTFERNT!

Datum: Fr,06.- So,08.11.2026 / **Anmeldefrist:** bis Mo,10.08.2026

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: 195€ an Kathleen

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



YOGA RETREAT

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 Seminaerausfallversicherung (inkl. Abbruch - z.B. von der ERGO Versicherung)



YOGA RETREAT

IM SCHÖNEN BRANDNERTAL - NUR 1,10MIN VOM BODENSEE ENTFERNT!

Datum: Fr,13.- So,15.11.2026 / **Anmeldefrist:** bis Mo,10.08.2026

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 Verwöhnpension

Kosten Yoga & Yogaraum: 195€ an Kathleen

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



Highlights:

Yoga Flow, FaszienYoga ,
Breathwork "Zurück in deine Kraft"



YOGA RETREAT

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 Seminaerausfallversicherung (inkl.
Abbruch - z.B. von der ERGO Versicherung)

