

# Yogatage am Schatzberg in der Wildschönau

16. – 19. September 2021



## PROGRAMM & ABLAUF

### Donnerstag, 16. September 2021

17:00 – 18:30 Uhr Begrüßung & „Sanftes Yoga“  
19.00 Uhr Abendessen

### Freitag, 17. September 2021

08.00 – 10.00 Frühstück  
*Zeit zur freien Verfügung & Naturerkundung*  
17.00 – 18.30 Uhr „Yin Moves mit Klang“  
19.00 Uhr Abendessen

### Samstag, 18. September 2021

07:00 – 07:30 Uhr „Morgenmeditation“  
07:30 – 09:00 Uhr „Morgen Flow - Sunrise“  
anschl. Frühstück  
*Zeit zur freien Verfügung & Naturerkundung*  
19.00 Uhr Abendessen

### Sonntag, 19. September 2021

09:30 – 11:00 Uhr Abschlussritual & „Flow Yoga“  
ab 08.00 Uhr Frühstück  
*individuelle Abreise*

**ANMELDUNG** direkt bei Daniela Gwiggner  
Tel. 0664/ 35280 42 oder gleich Online



[www.mountainyoga.co.at/angebot\\_buchung](http://www.mountainyoga.co.at/angebot_buchung)

## SCHATZBERGALM WILDSCHÖNAU

Eingebettet im Wanderjuwel Wildschönau liegt die Schatzbergalm auf 1.800m Seehöhe, zentral gelegen direkt an der Bergstation der Schatzbergbahn. Umgeben von einer atemberaubenden Bergwelt wartet in der neu renovierte Alm Tiroler Gastfreundschaft mit Herz und Liebe. Die Yoga- & Meditationseinheiten finden je nach Witterung in freier Natur oder Indoor statt. Gönn dir eine Auszeit in den Wildschönauer Bergwelt – kulinarischer Genuss in Kombination mit Yoga, Meditation, Achtsamkeit & sportlicher Betätigung.

### INKLUDIERTER LEISTUNGEN

Yoga & Meditationseinheiten lt. Programm  
Überraschungsgeschenk  
Reflexionsübungen

### PREISE:

Yoga- & Meditationspaket: € 160,--  
Yoga- & Meditationspaket zzgl.  
Klangschalenmassage: € 210,--  
**Buchung Zimmer & Verpflegung -**  
**[www.schatzbergalm.net](http://www.schatzbergalm.net)**

min. Teilnehmer 5, max. Teilnehmer 15