



YOGASABINA

Weekend-Retreats 2027



Eine echte Auszeit mit YinYang- & Restorative-Yoga

im wunderbaren Kraftort Flüeli-Ranft (LU) im SeminarzentrumRanft

1. Retreat: 16. - 18. April 2027

2. Retreat: 23. - 25. April 2027

(jeweils von Freitagabend bis Sonntagmittag)

Gönne Dir wohltuende Bewegung & tiefgehende Entspannung!

Das ZentrumRanft ist ein Ort der Stille, des Rückzugs und der Entschleunigung ... mitten in der Natur, mit einmaligem Blick auf den Sarnersee und die Berge, umgeben von saftig grünen Wiesen, Gärten, herrlichen Verweil- und Wandermöglichkeiten.

Im lichtdurchfluteten und grosszügigen Yogaraum werden wir YinYang- und Restorative-Yoga praktizieren, wenn es das Wetter will, gerne auch mal draussen!

**Hier kannst du ganz bei dir selbst ankommen,
in die Stille finden und einfach SEIN!**

Programm

Freitag

ab 14:00

individuelle Anreise im ZentrumRanft

17:30

Einstimmung/Begrüßung der
TeilnehmerInnen im Yogaraum

18:30

Nachtessen

20:00 - 21:30

YINYOGA-SESSION für einen wohligen
Schlaf



Samstag

7:30

sanfte Yogapraxis zum Erwachen

8:15

Frühstück

10:30 - 12:00

YINYANG-Yogapraxis

12:15

Mittagessen

14:00

Nach Lust und Laune: freie Zeit für dich oder
Spaziergang mit Sabina in die Ranft mit
sanftem Yoga und Meditation am Fluss

18:30

Nachtessen

20:00 - 21:30

YINYOGA & KLANG

Sonntag

7:30

sanfte Yogapraxis zum Erwachen

8:15

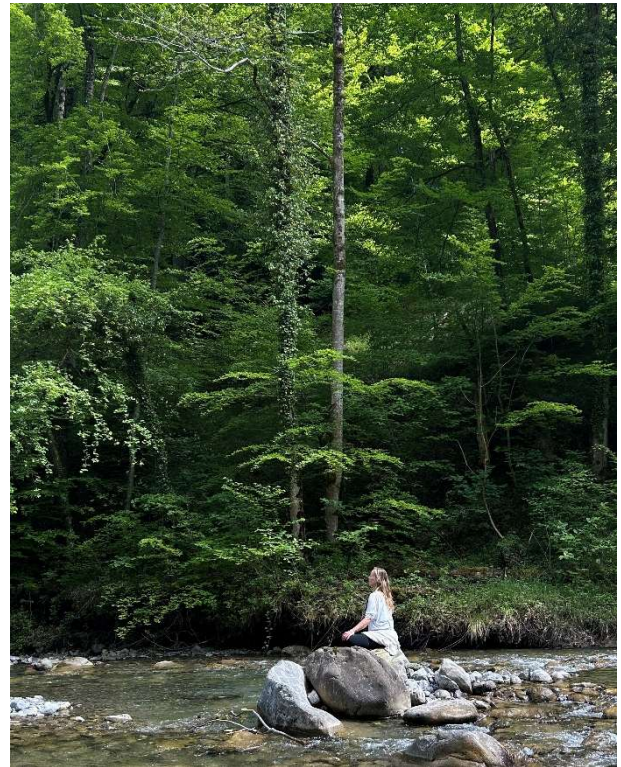
Frühstück

10:30 - 12:00

YINYANG-Yogapraxis und Ausklang

12:15

Mittagessen, danach individuelle Abreise
oder noch weiter geniessen



Kosten:

- Preis für das Yoga-Weekend: 260 CHF
- plus Übernachtung/Verpflegung im ZentrumRanft. Bitte direkt beim ZentrumRanft (zentrumranft.ch) und am besten per Telefon/Mail buchen. Es ist ein Kontingent an Zimmern für uns vorreserviert, welches im Onlinebuchungssystem nicht ersichtlich ist! Telefon: +41 660 58 58

Anfahrt:

- **ÖV:** Das ZentrumRanft ist leicht mit den ÖV zu erreichen. Von Sachseln aus mit dem Postauto (Bus Nr. 351) bis zur Haltestelle «Flüeli-Ranft, St. Dorothea». Das Postauto hält praktisch vor der Tür.
- **Auto:** Das ZentrumRanft liegt unmittelbar beim Dorfeingang von Flüeli-Ranft. Parkplätze sind vorhanden und auf dem Areal gekennzeichnet.

Annulation:

- Bis 31 Tage vor Kursbeginn kann kostenlos storniert werden.
- 30-21 Tage vor Kursbeginn werden 20%, 20-11 Tage werden 50%, 10-4 Tage werden 75%, danach 100% der Kurskosten verrechnet.
- Storno: Bei jeder Annulation wird eine Stornogebühr von Fr. 30.- verrechnet.

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Die Organisatorin lehnt jegliche Haftung betreffend Unfall und Haftpflicht ab.



Hast DU auch Lust, mit dabei zu sein?

Dann freue ich mich sehr über deine Anmeldung und auf unsere gemeinsame, entspannte Zeit im wunderschönen Kraftort Flüeli-Ranft!

Bei Fragen bin ich jederzeit gerne für dich da, melde dich einfach bei mir!

YOGASABINA, Sabina Hilty, 079 365 88 12
sabina.hilty@gmx.ch

