

12. - 15. Juni 2025



Y o g a
R e t r e a t
mit Veronika Rössl

vigilius
mountain
resort

Erleben Sie ein inspirierendes Yoga-Retreat mit Veronika Rössl im vigilius mountain resort in Südtirol. Vom 12. bis 15. Juni 2025 laden wir Sie ein, auf 1.500 Metern Höhe, fernab des Alltags, neue Energie zu tanken und innere Balance zu finden.

Programmübersicht*

Donnerstag,	12. Juni	17:00 – 18:30 Uhr: Komme an
Freitag,	13. Juni	08:00 – 09:30 Uhr: Erde dich 17:00 – 18:30 Uhr: Im Fluss des Lebens sein
Samstag,	14. Juni	08:00 – 09:30 Uhr: Komme in deine Kraft 17:00 – 18:30 Uhr: Sanftes Ausklingen
Sonntag,	15. Juni	08:00 – 09:30 Uhr: Gewinne Vertrauen

Preis ab 990 Euro

*Die Yoga-Einheiten sind für sportliche Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Sie verbinden fließende Vinyasa-Sequenzen mit Elementen aus Hatha-, Ashtanga- und Kundalini-Yoga. Jede Stunde umfasst Meditation, Pranayama und gezielte Asanas zur Förderung von Balance und Wohlbefinden.

Retreat Leader

Veronika Rössl ist seit über 20 Jahren als Yoga-Lehrerin tätig und vom BDY (Bund der Yoga-Lehrenden in Deutschland) anerkannt. Sie unterrichtet ihren eigenen MahaShakti Yoga-Stil, der verschiedene Yoga-Traditionen harmonisch vereint. Ihre Stunden sind geprägt von Humor, Leichtigkeit und ansteckender Lebensfreude.

Inklusivleistungen:

- 3 Übernachtungen im vigilius mountain resort auf 1.500m**
- Täglich zwei 90-Minuten Yoga-Einheiten mit Veronika Rössl**
- Meditation und Pranayama-Übungen**
- Halbpension mit gesunden regionalen Gerichten**
- Spa mit Infinity-Pool, Dampfbad und Sauna**
- Wandermöglichkeiten direkt vom Resort aus (inkl. Leihrucksäcke und Wanderkarten)**
- Kostenlose Nutzung der Seilbahn und Aufstiegsanlagen**