

Yoga-, Genuss- und Outdoor-Retreat im Bregenzerwald für Männer

Wann: 7. – 10. Juni 2024

Wo: Hotel Bären, Mellau, Bregenzerwald

Willkommen im Hotel Bären in Mellau, wo das Wohlfühlen grossgeschrieben wird! Hier kannst du nach einem actiongeladenen Tag in den Bergen so richtig abschalten. Unsere Sauna ist nicht nur heiss, sondern auch genau das Richtige, um nach einem Tag voller Abenteuer zu entspannen. Am Morgen erwartet dich ein leckeres und vielfältiges Frühstück, so startest du gestärkt in den Tag. Gönn dir eine Auszeit, relaxe in wohliger Atmosphäre und tank neue Energie. Im Hotel Bären in Mellau erlebst du nicht nur die Faszination der Berge, sondern auch die entspannte Atmosphäre eines Männer-Retreats.

Programm

Freitag, 7. Juni

- Anreise / Zimmerbezug ab 15 Uhr / Sauna
- Vegetarisches Abendessen im Hotel

Samstag, 8. Juni

- Frühstück
- Wanderung oder Bike Tour
- Yoga / Sauna
- Abendessen Pizzeria

Sonntag, 9. Juni

- Frühstück
- Wanderung oder Bike Tour / Besichtigung Schnapsbrennerei
- Yoga / Sauna
- Abendessen

Montag, 10. Juni

- Frühstück
- Abreise

Teilnehmer: Maximal 8 Männer

Kosten:

- Zimmer inkl. Frühstück pro Person/Nacht: EZ Euro 110.-- / DZ Euro 86.-
- Yoga: 75.- pro Person
- Abendessen und Getränke nach Aufwand

Anmeldung: Marcel Rüegg Dipl. Yogalehrer
mruegg@gmail.com / 076 577 56 33

Anmeldefrist: Ende April 2024

Bemerkungen

- Es sind auch nur 2 Übernachtungen möglich, der Zimmerpreis ist etwas höher, zudem sind die Bergbahnen erst ab 3 Übernachtungen inbegriffen 😊
- Yogamatten, Blöcke etc. sind vorhanden
- Bike Miete nach Bedarf



Der Bregenzerwald

Der Bregenzerwald ist eine malerische Region im westlichen Teil von Österreich, im Bundesland Vorarlberg. Die Gegend ist bekannt für ihre atemberaubende Natur, traditionelle Architektur und kulturelle Vielfalt. Rund 32.000 Menschen leben hier, in 23 Dörfern. Die „Wälder“ gelten als selbstbewusste, eigenständige Menschen, die stolz sind auf ihre Wurzeln und offen für Neues.