



20. -22.
Februar
2026

Wochenendretreat "Frühlingserwachen"

Mit neuem Schwung ins Frühjahr starten

Mit diesem Retreat wird Deine Lebensenergie ganz sanft aus dem Winterschlaf erweckt. Die belebende Yogapraxis bereitet Dich ideal auf das Frühjahr vor. Bei leichten Wanderungen in der Natur kannst Du die kleinen Boten des Frühlings achtsam bewundern und diese für Dein eigenes Erblühen nutzen. In der Sauna oder am Kamin können sich Wohlempfinden und wiedergewonnene Lebensfreude treffen.



SAMPURNA Seminarhaus | 65388 Schlangenbad-Bärstadt



Anmeldungen bei Natürlich Yoga

Verena Grohs

✉ vgrohs@me.com

☎ 0152-22957461

Bea von Borcke

✉ beavonborcke@auszeitnatur.de

☎ 0171-8317724

Ausgleich:

350,00 €/zzgl. 2 ÜN/bio-vegetarische Vollpension