

Yoga Retreat in den Bergen, Chiemgau - 5 Tage

Rückzug für Körper, Geist und Seele ... im Mountain Retreat Center! Tägliche An- und Abreise möglich - buchbar ab 4 Übernachtungen oder länger!

Die reine Luft. Der Blick in die Natur hin zum Zahmen Kaiser. Die Frische des Wassers. Die Ruhe des Augenblicks. Im Mountain Retreat Center spürt man den Moment. Die Natur. Gönnen sich eine Auszeit ganz für sich. Durchatmen und staunen.

Morgens und abends gönnen Sie Ihrem Körper und Geist etwas Gutes mit einer Yogaeinheit. Das Retreat ist auch zum Yoga lernen oder für Yoga Anfänger gut geeignet.

Tagsüber genießen Sie den totalen Müßiggang. Die Gegend um das Haus ist ideal zum Wandern oder für Wintersport. Dienstags ist eine geführte Wanderung inkludiert. Aber auch alleine können Sie unbekümmert direkt vom Haus losstarten, rauf auf die umliegenden Gipfel, hinüber zu den Wasserfällen, vielleicht bei der einen oder anderen Hütte einkehren, ein Besuch am Bergsee, was auch immer das Herz begehrt - ganz ohne Stress!

Die intakte und beeindruckende Natur vor Ort ist ein echtes Erlebnis. Ob Sie sich für Bewegung in der Natur, für einen kleinen Ausflug nach Aschau, zum Chiemsee oder hinein ins Kufsteiner Land entscheiden, ob Sie tagträumen, ein spannendes Buch lesen, oder einfach mal Nichtstun wählen...alles ganz nach Ihrem Belieben. Eine kostbare Auszeit mit Nachhaltigkeit ist es auf jeden Fall. Dazu treffen Sie Gleichgesinnte für den Austausch oder gemeinsame Unternehmungen. Ideal auch für Alleinreisende.

Die frische Luft macht hungrig. So genießen Sie die vegetarische Vollverpflegung, größtenteils in Bioqualität, immer frisch gekocht, mit ayurvedischem Akzent. Das abwechslungsreiche Essen verwöhnt unter anderem mit hausgebackenen Brotsorten – in einem Brotbackworkshop lernen Sie sogar die unkomplizierte Zubereitung der tollen Brote für Sie selbst zu Hause – verschiedensten Porridge-Kreationen, natürlich vielen Gemüsegerichten und süßen Überraschungen für die Seele. Gluteinfrei und vegan möglich. Tagsüber stehen Wasser und Tee in der Lounge, ein schöner Rückzugsort mit großer Bücherauswahl, zur Verfügung. WLAN funktioniert im ganzen Haus.

Das **Wochenprogramm** sieht wie folgt aus (Änderungen vorbehalten):

Anreisetag:

Anreise ab 15Uhr
Yoga am Nachmittag
Abendessen

An den Tagen während des Aufenthaltes:

Yoga am Morgen
Frühstück
Suppe & Aufstriche 14.00 h
Yoga am Nachmittag
Abendessen

Montags: nach dem Frühstück kleine, geführte Wanderung (ca 1 Std.) - bei Schlechtwetter Verschiebung auf einen anderen Tag

Mittwochs: ab ca. 15 Uhr Brotbackworkshop

Abreisetag:

Yoga am Morgen
Frühstück
Abreise

Das Programm beginnt mit der Abendeinheit am Anreisetag und endet mit der Yogaeinheit am Morgen und dem Frühstück am Abreisetag.

Yogamatten sind vorhanden, können aber auch gerne mitgebracht werden

Tägliche Anreise möglich! Fragen Sie gern Ihren Wunschtermin an - auch abweichend von den ausgeschriebenen Daten.

Leistungen:

- Übernachtungen im Mountain Retreat Center je nach gebuchter Aufenthaltsdauer
 - Vegetarisch-vegane Vollverpflegung
 - 2 Yogaeinheiten (à 90 Min.) täglich (morgens & späterer Nachmittag), am An- und Abreisetag je eine Yogaeinheit
 - Nutzung der Zirbenholz-Sauna
 - Brotbackworkshop - jeweils am Mittwoch nach dem Mittagessen (Änderung des Tages vorbehalten)
 - 1x Wanderung (Montags - bei Schlechtwetter Verschiebung auf einen anderen Tag, Dauer ca. 1 Stunde)
 - Ganztags energetisiertes Granderwasser und Tee inklusive
 - Große Bücherauswahl in der Lounge
 - WLAN Nutzung inklusive
- Hinweise:
- Es wird generell auf deutsch unterrichtet.
 - Tägliche Anreise möglich! Fragen Sie gern Ihren Wunschtermin an - auch abweichend von den ausgeschriebenen Daten.
- Garantierte Durchführung
- Veranstalter: Indigourlaub GmbH (es gelten die AGB's des Veranstalters)
- Nicht im Reisepreis enthalten:
- Anreise - weitere Informationen hierzu unter "Anreise"
 - Kurtaxe - 1,15EUR pro Person/Nacht - zahlbar direkt vor Ort

zubuchbare Optionen / Ermäßigungen:

Zuschlag Balkon mit Bergblick (7 Nächte)	105 €
Zuschlag Balkon mit Bergblick (5 Nächte)	75 €
Zuschlag Balkon mit Bergblick (4 Nächte)	60 €
Zuschlag Zimmer mit eigenem Bad (7 Nächte)	140 €
Zuschlag Zimmer mit eigenem Bad (5 Nächte)	100 €
Zuschlag Zimmer mit eigenem Bad (4 Nächte)	80 €
Zuschlag neu renoviertes Zimmer (7 Nächte)	70 €
Zuschlag neu renoviertes Zimmer (5 Nächte)	50 €
Zuschlag neu renoviertes Zimmer (4 Nächte)	40 €

Preis:

20.04.2024 - 24.04.2024 - Mountain Retreat Center, Chiemgau

Doppelzimmer mit geteiltem Bad (2-er Belegung)	600 €
Doppelzimmer zur Einzelnutzung mit geteiltem Bad	720 €
Einzelzimmer mit geteiltem Bad	660 €

Mountain Retreat Center, Chiemgau

Das Mountain-Retreat-Center im Chiemgau

Das Haus ist einfach ausgestattet. Ganz bewusst. Eine Zeit der Einfachheit, des Rückzugs zu genießen - purer Luxus. Und plötzlich wird einem bewusst, wie wenig es braucht zum Glücklich-Sein. In der Lounge steht eine Bibliothek sowie ganztags Tee und energetisiertes Grandewasser zur Verfügung.

Das Mountain Retreat Center verfügt über 20 Zimmer, 8 Einbettzimmer, davon 5 mit eigenem Bad/WC und 12 Doppelzimmer (mit einem oder zwei Betten), davon 8 mit eigenem Bad/WC. Die eigenen Bäder sind teilweise im Zimmer, teilweise sind es private Bäder außerhalb des Zimmers.

Die Zimmer ohne Bad verfügen alle über eigene Waschbecken und teilen sich Bäder/WCs am jeweiligen Gang. Neu renovierte Zimmer sind gegen Aufpreis buchbar.

Die Zimmer sind bewusst TV-freigehalten.

Von jedem Zimmer haben Sie einen Ausblick auf die wunderbare Naturlandschaft der Alpen. Gegen Aufschlag geniessen Sie diese auch von einem Balkon (nur Zimmer mit geteiltem Bad; Zimmer mit eigenem Bad sind alle ohne Balkon).

Das Essen im Mountain Retreat Center ist 100% vegetarisch und fast zur Gänze bio. Die wichtigste Mahlzeit am Tag, so sagen zumindest die Chinesen, ist das Frühstück. Deshalb legen auch wir besonderen Wert auf ein gutes, gesundes Frühstück - immer auch mit warmem Porridge und frisch gebackenem Brot. Zu Mittag gibt es Suppe und Aufstriche. Das Abendessen besteht aus vegetarischen Speisen und Dessert. Im Mountain Retreat Center können sich die Gäste vollständig vegan ernähren. Auf Unverträglichkeiten kann bei Voranmeldung eingeschränkt eingegangen werden. Das Mountain Retreat Center ist Mitglied der Veggie-Hotels.

Das Herzstück des Retreat Centers ist der große und voll ausgestattete Yoga-Meditationsraum (70 qm) mit Parkettboden und Zugang zur Terrasse (zum Üben). Im Untergeschoß gibt es den zweiten, kleineren Seminarraum (30 qm) mit heimeliger Atmosphäre und Blick ins Grüne.

Egal ob beim Yoga, beim Meditieren, beim Weiterbilden oder bei welchem Thema auch immer...die Atmosphäre im Haus unterstützt Sie, dass Sie sich voll und ganz den Programminhalten widmen können.

Rund ums Haus finden Sie gemütliche Bänke zum Ausspannen, Wanderwege in die nähere und fernere Umgebung, im Sommer wunderbare Blumenwiesen, gut bewacht von den Almhütern, den Kühen. Im Winter ideal für einen Winterspaziergang.

