

Yogawochenende 21.-23. November 2025

Weinlandhof in Gamlitz

2 Tage nur für Dich! 😊 Wie wunderbar, dass wir kurz vor der Weihnachtszeit unsere Batterien aufladen! Aktiv und dennoch entspannt verbringen wir ein Wochenende mit Yoga und Meditationen. Danach starten wir gestärkt in die Adventszeit.

Sei mit dabei und erlebe den „bliss“ → die Glückseligkeit mit Deiner persönlichen „me time“. Nicht weit weg entfernt von Stainz erwartet Dich ein abwechslungsreiches Yogaprogramm in einem schönen Hotel der Top Klasse. Ich freue mich auf unsere gemeinsame Energie!
Namasté Franziska

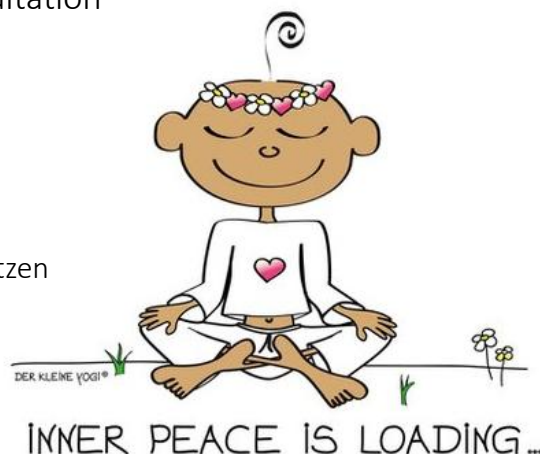
Programm

Freitag, 21. November 2025

ab 15:00 Uhr	Individuelles Eintreffen und check-in im Hotel
16:30 Uhr	Wir beginnen mit einer kurzen Vorstellungsrunde bevor wir Durchstarten
17:00-18:30 Uhr	Yogaeinheit zum Ankommen Einstimmen und eintauchen in die wertvolle, persönliche „me time“
19:00-20:00 Uhr	Abendessen
20:15-21:00 Uhr	Sanfte Bewegungen und Abendmeditation Loslassen ist die schwerste Asana

Samstag, 22. November 2025

08:15-09:45 Uhr	Aktiver Yoga Flow Langsamer Start mit Flows bis zum Schwitzen
09:45-10:30 Uhr	Frühstück
17:00-18:30 Uhr	Yin Yoga Konzentration auf Atmung und Dehnung
19:00-20:00 Uhr	Abendessen
20:15-21:00 Uhr	Atemtechniken und Abendmeditation Die größte Offenbarung ist die Stille. (Laotse)



Sonntag, 23. November 2025

08:15-09:45 Uhr	Musik Flow Eine speziell selektierte Musik trägt uns durch den Yogaflow
09:45-10:30 Uhr	Frühstück
11:00 Uhr	Schluss Circle und Verabschiedung Man kann den Wert von Yoga nicht beschreiben, man muss ihn erfahren
12:30 Uhr	Check-out und individuelle Heimfahrt

Hotel Weinlandhof

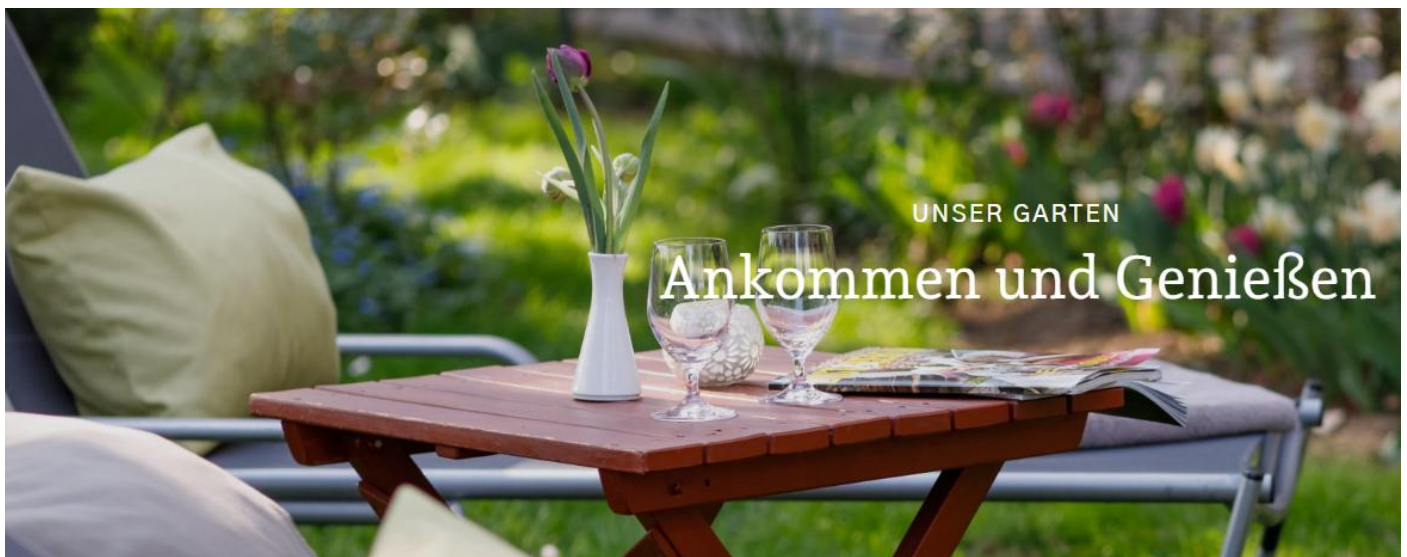
2 Übernachtungen im Einzel- oder Doppelzimmer
Halbpension mit Frühstücksbuffet und 4-Gänge-Abendessen



Folgende Leistungen sind im Zimmerpreis inbegriffen:

Outdoorswimmingpool mit Liegefläche. Indoorpool & Whirlpool / Biosauna & Aroma-Dampfbad / Wellnessdusche & Kneippgang. Badetasche, Badetücher/Bademantel, Föhn im Zimmer. Leseraum im Hotel. Ganzer Tag Zugang zu Apfelkorb und Tees im Wellnessbereich. Hauseigener Tennisplatz, Parkplätze. Für Nachteulen: Kostenloses Gamlitzer Service-Taxi.

Wohlfühlgarten mit Ruhebereich



Preise

(bitte die gewünschte Zimmerkategorie bei der Buchung angeben)

Doppelzimmer als Einzelzimmer „Gartenblick“ Bachseite pro Person und Nacht: € 155.-

Doppelzimmer als Einzelzimmer „Klassik“ Straßenseite pro Person und Nacht: € 135.-

Doppelzimmer „Gartenblick“ Bachseite pro Person und Nacht: € 125.-

Doppelzimmer „Exquisit A“ kleine Suite Bachseite pro Person und Nacht: € 145.-

€ 3.50 pro Person und Nacht kommt noch dazu (Nächtigungsabgabe und Infrastrukturbeitrag)

Yoga

Verschiedene Yogalektionen und Meditationen zum Loslassen und Auftanken: € 179.-

Early Bird bis 17.09.25: € 169.- Alle Lektionen finden in hellem Yogaraum mit Holzboden statt.

Die Bestätigung und Bezahlung des Zimmers werden direkt vom Hotel Weinland abgewickelt.

Yoga- und Meditationsstunden werden über mich abgerechnet.

Anmeldung ab sofort bis 15. Oktober 2025 direkt bei Franziska

Ich freue mich auf Dich! Namasté

Telefonnummer Franziska 0664 99 400 622

