Yin Yoga & Vedanta Retreat auf Iz (Kroatien)

mit Shakti & Maheshwara Lehner und Maheshwara Illgen

Samstag 18. – Samstag 25. September 2027

Damit jedes Retreat zum bestmöglichen Aufenthalt für alle wird, behalten wir uns vor, den genauen Ablauf bei Bedarf auf sich spontan ergebende Möglichkeiten vor Ort, die Witterung oder andere Bedingungen anzupassen. **Alle Programmpunkte sind optional und Du nimmst daran soviel oder wenig teil, wie Dir gut tut.**

Je nach Flugangeboten kannst Du gerne auch später oder früher an- oder abreisen. Die Preise auf dem Anmeldeformular sind für 7 Hotelnächte inkl. Halbpension angegeben, können aber individuell beim Hotel angepasst werden. (Preise siehe Anmeldeformular - Achtung, vor dem 20.9. gelten andere Saisonpreise.)

Das Retreat (Seminarpreis) kann nur komplett gebucht werden.

Bitte beachte bei Deiner Flugbuchung den Übersichtsplan über alle Boote und Fähren, damit Du ggf. eine Übernachtung in Zadar einplanen kannst - diese sind reichlich in der Altstadt von Zadar in Fußreichweite zu den Bootsanlegern zu bekommen.

Samstag - Anreisetag/Arrival Day

18:30 h Abendessen

20:00 h Begrüßung, Ankommens-Meditation, Einführung

Sonntag

06:45 h Meditation

07:05 h Wake-up Yoga & Pranayama, im Anschluss Morgen-Schwimmen

07:45 h Smoothies, Kaffee/Tee

08:30 h Vedanta-Workshop #1
09:30 h Frühstück
15:15 h Ankommensrunde & Vedanta-Workshop #2
16:30 h Yin Yoga
18:45 h Abendessen & freier Abend

Montag

06:45 h Meditation
07:05 h Wake-up Yoga & Pranayama, im Anschluss Morgen-Schwimmen
07:45 h Smoothies, Kaffee/Tee
08:30 h Vedanta-Workshop #3
09:30 h Frühstück
15:15 h Vedanta-Workshop #4
16:30 h Yin Yoga
18:30 h Abendessen
20:00 h Abendausklang, Kirtan oder freier Abend

Dienstag

06:00 h Stiller Spaziergang zum Korinjak - Sonnenaufgangs-Meditation auf diesem höchsten Berg (164m üNN) auf Iz
09:00 h Frühstück
15:15 h Vedanta-Workshop #5
16:30 h Yin Yoga
18:30 h Abendessen & Freier Abend

Mittwoch

06:45 h Meditation
07:05 h Wake-up Yoga & Pranayama, im Anschluss Morgen-Schwimmen
07:45 h Smoothies, Kaffee/Tee
08:30 h Vedanta-Workshop #6
09:30 h Frühstück
11:00 h Bootsausflug - Rückkehr ca. 16 Uhr (Kosten ca. 40 Euro p.P.)

17:00 h Yin Yoga
18:30 h Abendessen
20:00 h Q & A-Session Vedanta Level 2, alle anderen: Good-Night-Surprise

Donnerstag

06:45 h Meditation
07:05 h Wake-up Yoga & Pranayama, im Anschluss Morgen-Schwimmen
07:45 h Smoothies, Kaffee/Tee
08:30 h Vedanta-Workshop #7
09:30 h Frühstück
11:30 h Wanderung zur Sunset-Bucht mit Vedanta-Workshop #8 Q & A
16:00 h Yin Yoga
18:30 h Abendessen & freier Abend

Freitag

06:45 h Meditation
07:05 h Wake-up Yoga & Pranayama, im Anschluss Morgen-Schwimmen
07:45 h Smoothies, Kaffee/Tee
08:30 h Vedanta-Workshop #9
09:30 h Frühstück
16:00 h Yin Yoga
18:30 h Abendessen
20:00 h Abschieds-Satsang und -Party

Samstag - Abreisetag/Departure

9:00 h Frühstück für alle die (noch) da sind.

Boot nach Zadar ca. 75 Min, Schnell-Boot (Catamaran), Autofähre nach Zadar, ca. 75 Min. (aktuelle Boots-Zeiten checken)

Eine gute Reise wünschen Dir:

Shakti Simone & Maheshwara Manfred Lehner
und das ganze Team von

yoga is you



St.-German-Str. 1
67346 Speyer

www.yoga-is-you.de
info@yogaisyou.de
06232-67 05 57 - Wir rufen Dich gerne zurück!