

mit Patricia Pineiro von inhale-exhale Yoga

# erholungsretreat

tschüss alltag, rein in mich

## erholungsretreat 8. bis 11. Oktober 2026 mit Patricia Pineiro

Ruft es nach einem Ort, an dem du den Lärm der Welt hinter dir lassen und wieder der leisen Stimme deines Herzens lauschen kannst?

Dieses Retreat ist eine Einladung, aus dem Alltag auszusteigen und in einen Raum der Stille, der Achtsamkeit und des bewussten Seins einzutreten. Einen Raum, in dem du nichts erreichen musst und alles da sein darfst. Umgeben von der Kraft der Berge und der Weite der Natur erinnern wir uns an das, was unter den Anforderungen des Alltags manchmal verborgen liegt: unsere innere Weisheit, unsere Lebendigkeit und die tiefe Verbindung zu uns selbst.

Die Berge lehren uns Beständigkeit. Der Himmel erinnert uns an Weite. Die Stille öffnet die Tür zu unserem inneren Zuhause. **Getragen von achtsamer Gemeinschaft, wohltuenden Ritualen, Bewegung, Yoga, Meditation und Momenten der Einkehr** darfst du auftanken, dich neu ausrichten und wieder in Kontakt kommen: mit deiner Essenz, deiner Kraft und deiner inneren Strahlkraft. Dieses Retreat gleicht unsere Sinne aus und sorgt für innere Ruhe, Klarheit und Stabilität.

Das Erholungsretreat findet in Meisser Resort Garda, Scuol statt. Eingebettet in der Natur, weit weg vom Dichtestress in der Stadt, umgeben von einer imposanten Berglandschaft, die uns inneren Frieden, Weite und Klarheit schenkt.



Ich interessiere mich,  
sendet mir bitte Infos zum  
Retreat.



Meisser Resort, Garda  
Scuol - Infos zur Location