

# RETREAT YOGA & KLANG

# NATUR PUR

---

26. - 30. MAI  
IM BÜNDNER BERGDORF



# BE PURE & DU ERLEBST MAGIE

## IM HOTEL UCLIVA WALTENSBURG/VUORZ

Hier in der Surselva, eine der schönsten Naturregionen Graubündens, bist Du willkommen zu Entspannung, Genuss & Kultur. Das Hotel Ucliva ist das erste Ökohotel der Schweiz. Eingebettet in Wälder & Bergpanorama, tankst Du Energie beim Spazieren, Wandern oder schlicht von Deinem Balkon aus. Grosse helle Zimmer mit Balkon & Sauna gehören Dir. Massage buchbar. **Einfach - Sinnlich - Sein ist hier Programm.**

In diesen vier Tagen wirst Du kein Wissen anhäufen. Du wirst innere Weisheit erfahren. Es werden sich Dir neue Räume eröffnen. Du wirst staunen & Dich wunderbar frei, fröhlich & leicht fühlen. Die Verbindung von Yoga & Klang & Natur inspirieren Dich, mit dem Herzen zu denken & Deiner Intuition zu vertrauen. Magic happens. Yoga, das Leben, ist Meditation in Bewegung. Mal sanft, mal wild, Sinnlich.

### DANIELA RENAUD

ist ausgebildete Yogalehrerin YS und EYU mit Schwerpunkt indische Philosophie. Daniela unterrichtet ihr Intuitive Yoga. Hatha Flow Stil, verbunden mit Vinyasa. Atem ist zentral Sie nimmt Energien im Moment auf und unterrichtet intuitiv. Sie ist Lehrerin für Meditation & Philosophie beim Yoga Teacher Training Bern. Daniela ist Klangtherapeutin, Heil- & Energiecoach. Gibt Retreats im In - & Ausland. Lebt seit November 2023 in Costa Rica. [www.yogaklang.ch](http://www.yogaklang.ch)

### CLAUDIA EGG

weckt gerne die Freude und das Bewusstsein der Menschen für die Natur. Fühlen wir die Verbindung und erkennen uns selbst als Teil der Natur, begegnen wir ihr und uns mit Achtsamkeit, Wertschätzung und Dankbarkeit. Die grossen Zusammenhänge werden sichtbar und das Vertrauen ins Leben wächst. Claudia hat viele Jahre Erfahrung in der Begleitung von Menschen in schwierigen Lebenssituationen.

## PROGRAMM & PREISE

**Anreisetag:** Sonntag, 26. Mai 2024  
**Beginn:** 17-18.30 Welcome & Restorative Yin Yoga  
**Abschluss:** Donnerstag, 30. Mai 2024 ab 10h

Viele Yoga-Stunden (Intuitive, Hatha Flow, Yin)  
Klang-Meditationen Pranayama, Yoga Nidra, NATUR PUR, Entspannen, Einfach Sein.

**Ausgleich:** Early Bird: CHF 630.- bei Einzahlung bis 31. 01. 2024  
Regulärer Preis: CHF 700.-

## UNTERKUNFT & VERPFLEGUNG

4 Übernachtungen, Frühstück, 3-Gang-Menu, Tee & Kaffee à discrétion. SAUNA.

Mehrbett - Zimmer	Dusche/WC	CHF 460
Doppel - Zimmer	Dusche/WC	CHF 500/p.P.
Einzel - Zimmer	Dusche/WC	CHF 700/p.P.

Nicht inbegriffen  
Transport zu Hotel und Kurtaxe (3.-/Person/Nacht)

## ANMELDUNG & WEITERE INFORMATIONEN

[renaud.daniela@bluewin.ch](mailto:renaud.daniela@bluewin.ch)  
[www.yogaklang.ch](http://www.yogaklang.ch)  
Anreise & Unterkunft  
[www.ucliva.ch](http://www.ucliva.ch)

