

Gönn dir eine
entspannte Auszeit
inmitten
wunderschöner
Natur!

Yoga Retreat

im Südschwarzwald

4.-7.Juni
2026

Bezuschusst
von deiner
Krankenkasse!

4 Tage/ 3 Nächte

Hatha Yoga : Yin Yoga : Entspannung
Meditation : Naturzeit : Waldbaden
Atem : Klangreise : Cacaokreis
inkl. Übernachtung & Halbpension


Laiyala
Nadine Kiefer

Yoga : Meditation : Cacao
www.nadinekiefer.de



Yoga Retreat

Südschwarzwald



Raiyala

4.-7. Juni
2026

Einfach den Alltag hinter sich lassen, tief durchatmen, neue Kraft schöpfen mit Yoga & Achtsamkeit inmitten der wunderschönen Landschaft des Erholungsortes Gersbach im Südschwarzwald auf ca. 1000m ü.d.M.



Schenke dir eine wohltuende Auszeit während dieses langen Wochenend-Retreats, tauche tief ein in deine Yogapraxis, genieße Natur & achtsame Momente und komme wieder ganz neu in Verbindung mit dir selbst.

Wir sind im schönen Naturfreundehaus "Zum Hörnle" in Schopfheim-Gersbach, umgeben von Ruhe & Natur, mit fantastischer Aussicht in die Ferne.

Mit Yoga, Meditation und Entspannungsübungen kannst du Körper & Geist etwas Gutes tun und auch für das leibliche Wohl ist bestens gesorgt mit veganer Halbpension.

Dieses Retreat ist als Kompaktangebot von der ZPP zertifiziert und je nach Krankenkasse kannst du bis zu 200€ Zuschuss erhalten. Frage bei deiner Krankenkasse nach, um die Höhe des Zuschusses zu klären. Nach dem Retreat erhältst du eine Teilnahmebestätigung (bei mind. 80% Teilnahme), zum Einreichen.



Namasté,
ich bin Nadine von Raiyala Yoga und begleite dich auf diesem Retreat. Ich bin Yogalehrerin & Meditationskursleiterin (in Indien und Deutschland ausgebildet) und freue mich auf ein nährendes und erfüllendes Wochenende voller Entspannung, Achtsamkeit und Naturerlebnis.



Hatha Yoga : Yin Yoga : Tiefenentspannung
Waldbaden : Meditation : Atemübungen
Klangreise : Cacaokreis

Yoga Retreat

Südschwarzwald

Raiyala

4.-7. Juni 2026

Deine Auszeit für neue Kraft:
4 Tage/3 Nächte inkl. Unterkunft + Halbpension
Entspannungs- & Yogaprogramm



Inklusive:

- 3 Übernachtungen im Zweibettzimmer im Naturfreundehaus "Zum Hörnle"
Jedes Zimmer hat ein Waschbecken.
WC & Dusche sind auf der Etage
Einzelzimmer gegen Aufpreis!
- Vegane Halbpension mit Frühstücksbuffet und Abendessen (+Salatbuffet)
- Wasser, Tee/ Kaffee
- Retreatprogramm mit allen Yoga-stunden, Klangreise und Cacaokreis

Exklusive:

- eigene An- und Abreise
- Getränke
- Mittagessen

Invest für deine Auszeit:

Pro Person im Zweibettzimmer: 520€

Frühbucherpreis bis 15.02. : 480€

*einen Teil der Kosten kannst du dir von deiner Krankenkasse zurückerstatten lassen!



Programm:

(kleine Änderungen vorbehalten)

Do, 4.6.

- ab 15Uhr Anreise u. Beziehen der Zimmer
- 16Uhr Willkommensrunde
- 16.30Uhr Yogastunde zum Ankommen
- 18Uhr Abendessen
- 19.45Uhr Yin Yoga am Abend
- 21Uhr Meditation für guten Schlaf

Freitag, 5.6.

- 8Uhr Morgendliche Yogastunde
- 9Uhr Frühstück
- 10.30Uhr Pranayama Atemübungen
- 12-15Uhr Freie Zeit (Spaziergänge/ Wanderung oder Besuch des Ortes)
- 15Uhr Cacaokreis
- 18Uhr Abendessen
- 19.45Uhr Yin Yoga am Abend mit Klangreise
- 21Uhr Abendmeditation

Samstag, 6.6.

- 8Uhr Morgendliche Yogastunde
- 9Uhr Frühstück
- 10.30Uhr Workshop Meditation & Yogaphilosophie
- 12-14Uhr Freie Zeit
- 16Uhr Gemeinsame Wanderung & Waldbaden
- 18Uhr Abendessen
- 19.45Uhr Yin Yoga am Abend & Yoga Nidra
- 21Uhr Abendmeditation

So, 7.6.

- 8Uhr Morgendliche Yogastunde
- 9Uhr Frühstück
- 10Uhr Check-Out
- 10.30Uhr Achtsamkeit für den Alltag & Journaling
- 12Uhr Abschlussrunde
- 13/14Uhr Abreise

Für weitere Informationen & um zu buchen:

Raiyala Yoga : Nadine Kiefer

+49(0)1520 4078866 : info@nadinekiefer.de