

YOGA & PILATES IN DEN WEINGÄRTEN

19.-22.09. 2026, SÜDSTEIERMARK

trust
the process



TRUST THE PROCESS

19.–22. SEPTEMBER 2026

Genieße mit Amelie und Chrissi vier entspannte Spätsommertage in den grünen Weinbergen der Südsteiermark – mit kräftigendem Pilates und ausgleichenden Yoga-Asanas.

TÄGLICHE BEWEGUNG WOHLWOLLEND AUF EINANDER ABGESTIMMT

Wir kombinieren Hatha Yoga Elemente (Asana, Pranayama, Meditation, Mantra) mit Atem und Achtsamkeit. In spielerischen Pilates-Sessions bauen wir Stärke auf und vertiefen unser Körperverständnis.

Wir leiten mit Begeisterung, Spaß und Liebe zum Detail.
Die Praxis wird euch angepasst – nicht umgekehrt.

Alle Körper und Erfahrungen sind willkommen (*bitte beachte:* Grundstück am Hang gelegen).

DIREKT AM WEINGUT

Dich erwartet mit dem Haus der Stille ein Yoga-/Pilatesraum mit Weitblick, umgeben von Weingärten. Plus: Outdoor-Pool, Sauna, Wald & Klamm, Lagerfeuer, E-Bikes & lauschige Plätzchen zum Zurückziehen oder Zusammensein.

Bio-Frühstücksbuffet & abends vegetarisches 3-Gänge-Menü (100% bio) oder Buschenschank.

350 € Yoga & Pilates
3 Nächte inkl. Verpflegung
im Weingut Tauss
gemütliche DZ ab 312 € oder EZ ab 387 €

Anmeldung und Details:
www.kraftquelleyoga.com/styria
www.piu-pilates.at/styria

