Yoga Retreat

vom 06.November.2026
bis 08.November.2026

Reset - YinYoga & Achtsamkeit

flow-yoga binz, Nordstrand 400, 18609 Ostseebad Binz - www.flow-yogabinz.de – info@flow-yogabinz.de - +49 (0) 17643205234

...ein Retreat für innere Kraft, Klarheit und Weite

Unser Retreat bietet Dir einen Rahmen, um Körper, Geist und Seele einen „RESET“ zu gönnen und somit die Grundlage für Regeneration zu schaffen.

Deine AUSZEIT in Achtsamkeit, nährendem Yin Yoga, innere Einkehr und Reflektion.

Wir tauchen gemeinsam ein in RUHE und WEITE. Lassen uns hineinsinken in öffnende und lösende Haltungen sowie in eine tiefe ENTSPANNUNG.

Achtsam beobachten wir innere Vorgänge, nehmen Abstand von Wertung, lassen den Atem in den Vordergrund unserer Aufmerksamkeit treten, um den „Hier und Jetzt-Raum“ zu bewohnen. Wir kommen an - in uns- im Fühlen- im Wesentlichen.

Wir tauchen ein in den Zustand des SEINS, um unsere tiefsten KRAFTQUELLEN wieder aufzufüllen.

Gönne Dir mit diesem Retreat eine Auszeit, die spürbare Veränderungen bewirkt – eine Auszeit mit MEHRWERT.

flow-yoga binz, Nordstrand 400, 18609 Ostseebad Binz – www.flow-yogabinz.de – info@flow-yogabinz.de - +49 (0) 17643205234

Rahmen für unser Programm

Freitag, 06.11.26 Anreise		
	16:00-18.00 Uhr	„Erdung“ Yin Yoga Praxis und Meditation
	Ab 18:30 Uhr	Abendessen
Samstag, 07.11.26		
	8:30-10:30 Uhr	„Offenheit“ Achtsamkeits- und Yin Yoga Praxis
	10:30-12:00 Uhr	Frühstücksbrunch
	16.00-18:00 Uhr	„Innenschau“ Achtsamkeits- und Yin Yoga Praxis
	Ab 18:30 Uhr	Abendessen
Sonntag, 08.11.26		
	8:30-10:30 Uhr	„Vertrauen“ – Achtsamkeits- und Yin Yoga Praxis
	10:30-12:00 Uhr	Frühstücksbrunch

flow-yoga binz, Nordstrand 400, 18609 Ostseebad Binz – www.flow-yogabinz.de – info@flow-yogabinz.de - +49 (0) 17643205234

Dein Retreatort an der See

Erlebe die einzigartige Kombination von alpiner Gemütlichkeit und maritimen Flair. Die 128 authentisch gestalteten Apartments bieten Exklusivität inmitten der Natur an der Ostsee.

Dein Retreatort an der See

Im Rahmen unseres Retreats bekommst Du bei Buchung Deines Zimmers 10 % Rabatt auf den aktuellen Zimmer-Tagespreis.

Unser lichtdurchfluteter Yogaraum befindet sich in der oberen Etage mit angrenzender Lounch und Dachterrasse mit Blick auf die See.

Entspannen kannst Du zudem in der traumhaften und großzügigen Sauna- und SPA- Anlage mit Innen- und Außenpool.

flow-yoga binz, Nordstrand 400, 18609 Ostseebad Binz – www.flow-yogabinz.de – info@flow-yogabinz.de - +49 (0) 17643205234

Rahmen um das Programm

Zwischen Deinen Yoga- und Meditationseinheiten hast Du den Tag zur freien Verfügung um all dem nachzukommen, was Deiner Seele gut tut. Ob ein ausgiebiger Strandspaziergang an der See, schwimmen im Pool, relaxen im SPA- Bereich oder im gemeinsamen Austausch im hauseigenem „Wohnzimmer“, Du darfst es Dir gut gehen lassen.

Deine Retreat Begleitung

Die Begegnung mit Menschen, unser Interesse am Kennenlernen, Austausch und Lernen mit und von ihnen sowie unsere Freude an Kommunikation haben uns zu den Persönlichkeiten werden lassen, die wir heute sind.

Wir begleiten Dich als zwei mitten im Leben stehende Frauen, die lieben was sie tun und die neben ihrer langjährigen Unterrichtserfahrung eine noch längere Freundschaft verbindet.

Seit 2006 geben wir unser Wissen in Kursen, Workshops, Retreats sowie Aus- und Weiterbildungen weiter.

Ina & Kathrin

Retreatkosten

295,00€ (zahlbar im Voraus)

Der angegebene Preis beinhaltet ausschließlich die Yoga-Pauschale von € 295,- pro Person.

Bitte tätige Deine Zimmerbuchung über das Mariandl und gebe hierbei Deine gewünschte Zimmerkategorie an (z.B. mit Frühstück). Darüber hinaus hast Du die Möglichkeit im hauseigenen Restaurant täglich a la carte zu Essen.

Wichtig: Die Buchung des Zimmers muss bezüglich des Rabatts unter dem Stichwort „Yoga-Retreat mit Ina und Katrin“ erfolgen.

Bei Eingang der Zahlung ist Dein Platz verbindlich reserviert.

Min. Teilnehmerzahl: 6 Personen, Max. Teilnehmerzahl: 15 Personen

Anmeldung über unsere Webseite oder per E-Mail.