

RETREAT SUNDAYS

Jeden Sonntag (Juni – August)

Stärken Sie Körper und Geist bei einer kraftvollen Yogaeinheit oder lassen Sie sich von unseren thematisierten Aufgüssen in die Welt der Entspannung entführen. Unser kostenloses Zusatzprogramm lässt keine Wünsche offen und bietet Ihnen jeden Monat die Möglichkeit Energie zu tanken und glücklich zu sein.

VitalTherme & Saunen

(textilfrei • ab 16 Jahren • Zutritt + 15 € • auch am Drehkreuz zubuchbar)

| Zeit <i>Time</i> | Aktion <i>Ceremony</i> | Ort <i>Location</i> |
|---|---------------------------------|--------------------------|
| 11:00  | Räucherzeremonie | Meditationssauna (70°C) |
| 11:45  | Cool Eyes (Augenpads) | Kräuterzimmerl (50°C) |
| 12:00  | Aqua Balance | Meditationsbecken |
| 12:30  | Sauna Yoga (Soul Yoga Garching) | Firmament-Warte (55°) |
| 13:00  | Klangschalenaufguss | Meditationssauna (70°C) |
| 13:30  | Traumreise (Soul Yoga Garching) | Palazzo · Ruheraum |
| 14:30  | Aqua Yoga (Soul Yoga Garching) | Canal Grande |
| 14:45  | Cool Eyes (Augenpads) | Kräuterzimmerl (50°C) |
| 15:00  | Aqua Balance | Meditationsbecken |
| 15:30  | Yin Yoga (Soul Yoga Garching) | Avalon · Raum der Stille |
| 16:30  | Sauna Yoga (Soul Yoga Garching) | Firmament-Warte (55°) |
| 17:30  | Traumreise (Soul Yoga Garching) | Palazzo · Ruheraum |
| 19:00  | Räucherzeremonie | Meditationssauna (70°C) |
| 21:00  | Klangschalenaufguss | Meditationssauna (70°C) |

Kurzfristige Programmänderungen jederzeit möglich.