



Yoga Retreat „Boost up yourself“



Anreise: Donnerstag, 31.08.23

Abreise: Sonntag, 03.09.23

Ort: mama thresl
Sonnberg 252
5771 Leogang (A)
www.mama-thresl.com

Zimmer: woodstyle plus (24m²)
Zirbenholz, viel Gemütlichkeit, Felsendusche,
Natursteinwaschbecken, (atemberaubender Blick auf die
Leoganger Steinberge), Flat-TV, Zimmersafe, separate
Toilette, Balkon



Verpflegung: Frühstück von 7.30 bis 11.00 Uhr
im Programm genannte Dinner (OHNE Getränke - siehe
Anhang)

SPA: Eine finnische Sauna mit Steinberge Blick, kühlende
Felsenduschen und Frischlufttraum warten auf Euch.
Direkt neben der Sauna ruht Ihr Euch in den „rest coves“
prächtig aus. Kuschlige Bademäntel und bequeme Slipper
legen wir gerne für Euch bereit.



Preis:

Im YOGAPACKAGE

555€ pro Person bei Doppelbelegung

739€ pro Person bei Einzelbelegung

Yoga Area:

Bei schönem Wetter findet die Kurseinheiten draußen statt! :) Uns steht hier die Yoga Plattform ø Prietsregg sowie das Rooftop zur Verfügung



Bei schlechten Wetter gehen wir in den thinkthank (150m2)





Yogapackage:

Do., 31.08.23 - Anreise

17:00 - 18:30 - Dynamic Yoga 1

19:00 - 20:00 - gemeinsames Abendessen @mamathresl

Fr., 01.09.23

07:30 - 09:00 - Meditation /Dynamic Yoga 2

09:00 - 10:00- Frühstück

10:00 - 16:00 - Free Time (Optional: wandern, Ebike, Sinne Park, Zell am See etc.

16:00 - 17:00 - Yin /Yang Yoga

17:30 - 19:30 - Abendessen Huwí's Alm

Sa., 02.09.23

08:00 - 10:00 - Meditation/ Dynamic Yoga 3

10:00 - 11:00 - Frühstück

11:00 - 17:00 - Free Time

17:30 - 18:30 - Restorative / Yin Yoga

19:00 - 20:00 - Abendessen /BBQ @mamathresl

So., 03.09.23

08:00 - 09:30 - Yoga Dynamic 4

09:30 - 10:00 - Good Bye Ritual

10:00 - 11:00 - Frühstück

Abreise

Anmeldung:

Die Buchung läuft ohne Umwege über das Hotel, sodass du direkt eine Buchungsbestätigung + Stornobedingungen bekommst.

Stichwort: „**YOGA COSMOS RETREAT**“

und Anzahl Personen (EZ oder DZ)

per E-Mail an info@mama-thresl.com oder
per Telefon: **0043 6583/ 20800**



DINNER

Donnerstag:

FINEST BURGER

Nach einem frischen Salat servieren wir unsere mama thresl Burger (Beef oder Vegi), Süßkartoffelfritten und Kartoffel-Crispers. Das Burger Brötchen wird speziell für uns von der Bäckerei Ritter in Leogang gebacken. Der Burger Pattie besteht zu 100% aus Leoganger Rindfleisch, und das Tomatenkompott ist hausgemacht und besser als Ketchup ; -). Als süßes Finale gibt es ein Dessert aus thresls kitchen.

Freitag:

ESSEN in HUWI'S ALM

Mit dem Shuttle geht es in Huwi's Alm (Shuttle ist INKLUSIVE!) <http://www.priesteregg.at/de/gasthaus/huwis-alm.php> Der Empfang auf der Alm findet im Freien statt bei traumhaftem Bergpanorama. Ein Empfangsdrink ist INKLUSIVE! Dann geht es hinein in die gemütliche Alm. Wir servieren knackigen Salat und Knoblauchbrot zur Vorspeise, zum Hut servieren wir mariniertes Fleisch vom Schwein und vom Rind, Ofenkartoffeln und verschiedene Dips. Außerdem große Pfannen mit unseren Kasnockn. Hinterher gibt es das Dessertpfannerl.



Samstag:

BBQ @mama thresl

Salatbowles und Dips stellen wir auf den Tischen ein. Am Lavasteingrill in der offenen Küche gibt es warmes Brot, Label Rouge Lachs, Gambas, Grillgemüse, Kartoffel - Spiralen, Maiskolben, gegrillten Ziegenkäse mit Mango- Creme, Rosmarinkartoffeln und Mini Pulled Pork Burger. Am Smoker draußen vor dem Haus gibt es: Smoked Beef Brisket, Smoked BBQ Spare Ribs, hausmarinierte Hähnchen- und Putenbrust, Hinterher servieren wir ein Dessert.

ISLAND BAR von 21:00 - 00:30 Uhr: DJ live Clubbing