

---

# YOGA AUSZEIT

*exklusiv und individuell*  
am Wörthersee in Kärnten

---

 Daniela Feselmayer  
Do more. Be more. Live more.





# PROGRAMM

(möglicher Ablauf)



## Donnerstag/Anreise:

- ab 14.00 Uhr
- Begrüßung
- Zeit zum Ankommen, Auspacken, Einkaufen und Entschleunigen

## Samstag:

- 08.00 - 09.30 Uhr Smovey® Walk
- Alternativ: 90-minütige Yogaeinheit im Yoga Dom (Frühstück)
- Freie Zeit für Spaziergänge, Ausflug, Velden, etc.
- 17.00 - 18.30 Uhr Yin & Yang inklusive Pranayama & Meditation

## Freitag:

- 08.00 - 09.30 Uhr Easy Morning Flow
- Frühstück in Eigenregie
- 11:00 - ca.15.00 Uhr Wanderung zum Pyramidenkogel (wetterabhängig)
- 17.00 - 18.30 Uhr Tiefes Loslassen bei Yin Yoga und Yoga Nidra

## Sonntag:

- 08.00 - 09.30 Uhr Yogaeinheit mit Meditation & Reflexion, gemeinsamer Abschlusskreis
- Frühstück in Eigenregie
- bis 12.00 Uhr Abreise



Daniela Feselmayer  
Do more. Be more. Live more.



# „Yoga Auszeit am Wörthersee – Entspannen, Auftanken und neue Energie finden“



Taucht ein in eine Welt der Ruhe und Entspannung am wunderschönen  
Wörthersee in Kärnten!

*Ich lade euch zu einem Yoga-Retreat ein, welches Körper, Geist und Seele  
in Einklang bringt.*

Eingebettet im Grünen, in ruhiger Lage nahe am Waldrand, erwartet  
euch meine liebevoll renovierte Ferienwohnung.

Der Name ist Programm: Genießt vom Balkon aus den einzigartigen  
Blick über den Wörthersee!

Ein kleines, exklusives Retreat mit maximal 4 Teilnehmer\*innen –  
authentisch, naturverbunden und ganz privat.

Ideal für Freundinnen oder Paare, die Achtsamkeit, Bewegung und  
Leichtigkeit kombinieren möchten.



Daniela Feselmayer  
Do more. Be more. Live more.