



VitalTherme & Saunen



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.

Kurzfristige Programmänderungen jederzeit möglich.

| Zeit <small>Time</small> | Aktion <small>Program</small> | Ort <small>Location</small> |
|--------------------------|--|-----------------------------|
| 11:00 | 🕉️ Räucherzeremonie | Meditationssauna (70°C) |
| 11:30 | 🌸 Sauna Yoga (Soul Yoga Garching) | Firmament-Warte (55°C) |
| 12:00 | 🌸 Aqua Balance | Meditationsbecken |
| 12:30 | 🌸 Traumreise (Soul Yoga Garching) | Palazzo · Ruheraum |
| 13:00 | 🕉️ Klangschalenaufguss | Meditationssauna (70°C) |
| 13:30 | 🌸 Sauna Yoga (Soul Yoga Garching) | Firmament-Warte (55°C) |
| 14:30 | 🌸 Traumreise (Soul Yoga Garching) | Palazzo · Ruheraum |
| 15:00 | 🌸 Aqua Balance | Meditationsbecken |
| 15:30 | 🌸 Drei Kammer-Aroma Atmung (zebraherz) | Avalon · Raum der Stille |
| 16:30 | 🌸 Yin Yoga (zebraherz) | Avalon · Raum der Stille |
| 17:30 | 🌸 Kristall Klang (zebraherz) | Avalon · Raum der Stille |
| 18:30 | 🌸 Drei Kammer-Aroma Atmung (zebraherz) | Avalon · Raum der Stille |
| 19:00 | 🕉️ Räucherzeremonie | Meditationssauna (70°C) |
| 21:00 | 🕉️ Klangschalenaufguss | Meditationssauna (70°C) |

Special am Sonntag, 14. Juli

EISBADEN- WORKSHOP

Eisbaden mit Ralph Damrau

Treffpunkt Palazzo · Ruheraum



11:00, 12:00, 13:00,
17:00, 18:00 & 19:00 Uhr
(nur am 14. Juli)

