

WELLNESS.YOGA NICOLA.KOGLER

Das Alpenhaus Gasteinertal



YOGA, BERGE,
WELLNESS

3 ÜN ab

€ 540-
pro Person

Yoga & Erholung

Zwischen den Yoga-Einheiten bleibt dir ausreichend Zeit, um im großzügigen ALPEN.VEDA.SPA die Seele baumeln zu lassen oder die kraftvolle Natur rund um Bad Hofgastein zu entdecken. ♥



WELLNESS & YOGA MIT NICOLA KOGLER DAS ALPENHAUS GASTEINERTAL

Fr. 6. - Mo. 9. Juni 2025

3 Nächte im Alpenhaus Gasteinertal

ALPENHAUS.KULINARIK 🍴 inklusive:

🍴 Frühstücksbuffet bis 11 Uhr

🍴 **abends 4-Gänge-Wahlmenü mit Salatbuffet.**

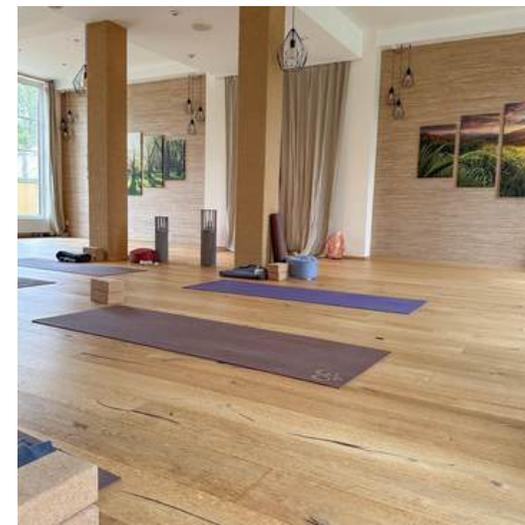
Inkl. tägl. YOGA 🧘 Level: alle Level.

2.000 m² Wohlfühlwelt 🧘 ALPEN.VEDA.SPA

TIPP: 💡 Nimm auch gerne Deine Liebsten mit, denn es ist auch möglich, dass Deine Begleitperson nicht an den Yoga-Einheiten teilnimmt und einfach die Auszeit im ALPENHAUS GASTEINERTAL genießt.



[JETZT BUCHEN](#)

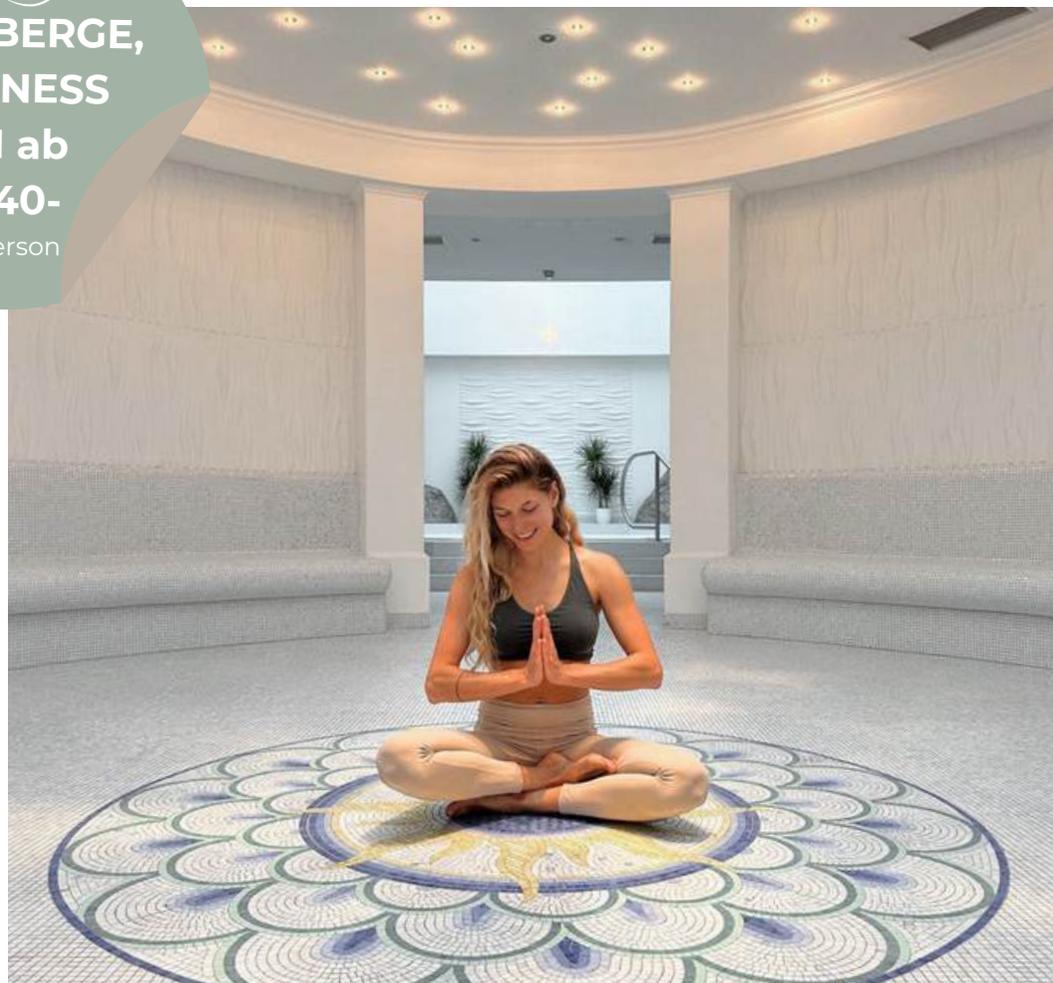


**YOGA, BERGE,
WELLNESS**

3 ÜN ab

€ 540-

pro Person



YOGA, BERGE,
WELLNESS

3 ÜN ab

€ 540-
pro Person



YOGA & WELLNESS FR. 6 - MO. 9. JUNI 2025

Zwischen den täglichen Yoga-Einheiten bleibt genug Zeit für **Entspannung** in der **2000 m²** Wohlfühlwelt **ALPEN.VEDA.SPA** oder auch zum Erkunden der Umgebung und der **Berge**. ♡

Egal, ob mit **Yoga-Erfahrung** oder komplette(r) **Anfänger:in** – du bist herzlich willkommen!



”

WELLNESS IST DIE BEWUSSTE
ENTSCHEIDUNG, SICH SELBST ZU
PFLEGEN UND ZU SCHÄTZEN.

“



Inklusivleistungen:

- **Tägliche Yoga-Einheiten** 🧘 Level: alle Level.
- **3 Nächte im Alpenhaus Gasteinertal**
- **ALPENHAUS.KULINARIK** 🍴 inklusive:
- 🍴 Frühstücksbuffet bis 11 Uhr
- 🍴 abends 4-Gänge-Wahlmenü mit Salatbuffet.
- **2.000 m² Wohlfühlwelt** 🧘 **ALPEN.VEDA.SPA**
- **Gastein-Card.**
- **TIPP:** 💡 Nimm auch gerne Deine Liebsten mit, denn es ist auch möglich, dass Deine Begleitperson nicht an den Yoga-Einheiten teilnimmt und einfach die Auszeit im ALPENHAUS GASTEINERTAL genießt..



Die Yoga-Einheiten, geprägt durch umfangreiche internationale Ausbildungen, verbinden traditionelle Elemente mit moderner Spiritualität und Ritualen. Atemübungen sind fester Bestandteil jeder Stunde.

Nicola bietet verschiedene Varianten an, sodass jeder Teilnehmer die passende Herausforderung findet, ohne überfordert zu werden. ♡

ABLAUF FR. 6. - MO. 9. JUNI 2025

Freitag

Individuelle Anreise
Check In ab 15 Uhr

16:30 Uhr: Opening Circle
& Kennenlernen

17:00 – 18:00 Uhr:

Ankommen & Loslassen.
Beginne das Retreat mit
einer sanften Yoga-Praxis,
die dir hilft, anzukommen
und den Alltag loszulassen.

19:00 Uhr: Abendessen

Samstag

08:00 – 09:15:

Yoga kombiniert mit tiefem
Breathwork, um dich zu
erden und innere Stabilität
zu finden.

anschließend

Frühstücksbuffet bis 11 Uhr

17:00 – 18:15: Innere Ruhe
& **Achtsamkeit** – mit

langsamen, achtsamen
Bewegungen und
Meditation tief in die innere
Ruhe eintauchen.

19:00 Uhr: Abendessen

Sonntag

08:00 – 09:15:

Eine dynamische Yoga-
Sequenz, die Kraft und
Balance fördert.

anschließend

Frühstücksbuffet bis 11 Uhr

17:00 – 18:15: Tiefe
Entspannung & Reflexion.

Yin Yoga & Journaling.

19:00 Uhr: Abendessen

Montag

08:00 – 09:15:

Loslassen & Neubeginn.

Zum Abschluss eine
regenerierende Einheit, die
Raum für Reflexion und
neue Perspektiven schenkt,
um erfrischt in den Alltag
zurückzukehren.

anschließend

Frühstücksbuffet bis 11 Uhr

Individuelle Abreise
Check Out bis 12 Uhr



IM ÜBERBLICK

[JETZT BUCHEN](#)

 17 Wann

Anreise: Freitag, 6. Juni 2025
Abreise: Montag, 9. Juni 2025

4 Tage, 3 Nächte

► Wo

Das Alpenhaus Gasteinertal
Kurgartenstraße 26
5630 Bad Hofgastein
Österreich

 Anreise

per Auto oder
per Zug nach Bad Hofgastein

 TeilnehmerInnen

Kleine Gruppe
Maximal 14 TeilnehmerInnen

 Preis

Ab € 540,- pro Person im Doppelzimmer bzw. ab € 585,- pro Person
im Doppelzimmer XS / Single Use
*je nach Zimmerkategorie

Das ist dabei:

- **Tägl. Yogaeinheiten/ Workshops**
- **3 Nächtigungen**
- **ALPENHAUS.KULINARIK** inklusive
- **Frühstücksbuffet bis 11 Uhr**
- **Abends 4-Gänge-Wahlmenü mit Salatbuffet**
- 2000 m² Wellnessbereich


**ALLES
INKLUSIVE**





ICH FREUE MICH VON HERZEN AUF DICH! ♥

Sichere dir einen der limitierten Plätze

[JETZT BUCHEN](#)

Teile uns gerne mit, falls du Unverträglichkeiten oder spezielle Wünsche zur Ernährung hast – damit im Alpenhaus gut für dich gesorgt ist.

✉ willkommen@alpenhaus-gastein.at

☎ Bei Fragen oder kurzfristigen Änderungen erreichst du mich jederzeit per Mail oder WhatsApp:

✉ info@nicolakogleryoga.at

☎ +43 699 105 595 15

Ich freue mich auf eine entspannte, inspirierende Zeit mit dir in den Bergen!

Namasté & bis bald,

Nicola

[JETZT BUCHEN](#)

Stornobedingungen:

Bis 14 Tage vor Anreise kostenfrei stornierbar.

13 bis 7 Tage vor Anreise – 70% des Arrangementpreises.

6 bis 3 Tage vor Anreise – 90% des Arrangementpreises. Ab 2

Tag vor Anreise - 100 % des Arrangementpreises.