DIES & DAS

Yoga Retreat

TERMINE

17.10.2025 – 19.10.2025

ADRESSE

Seestrasse 75
6354 Vitznau
Switzerland

KONTAKT

+41 41 227 18 00
hello@yogameetsweggis.ch
Tickets kaufen

Yoga Retreat

OJAS: Nektar deiner Kraft - mit Isabelle Stüssi

Ayurveda & Katonah Yoga Retreat In der ayurvedischen Philosophie repräsentieren die Ojas unsere subtilste und konzentrierteste Lebensenergie – eine heilige Ressource der Vitalität, Immunabwehr und inneren Stärke. Dieser besondere Herbstretreat lädt dich ein, deine Ojas bewusst zu kultivieren, zu nähren und neu zu erwecken. Zu oft gehen wir als Menschen an unsere Grenzen und brennen aus, was unser Reservoir an Ojas beeinträchtigt. In diesem Retreat lernst du mit den bewährten Werkzeugen des Ayurvedas und Yogas wie du deine Kraft und innere Mitte ganz konkret stärkst. Dabei wirst du die Grundlagen des Ayurvedas verstehen lernen. Auch wie du dieses Wissen in einen modernen Alltag integrierst, um deine innerste Essenz zu kultivieren und zu pflegen. Detailliertes Programm: https://www.yogameetsweggis.ch/yoga-retreat-isabelle-st%C3%BCssi