

VISION & FLOW

DEIN YOGA RETREAT
ZUM JAHRESSTART

08. - 10. JANUAR 2027
ANDEER (GR)

Zeit für dich.
Raum für neue Visionen.
Fliesse mit uns ins
neue Jahr.



GÖNN DIR EINEN BEWUSSTEN START INS NEUE JAHR

WIE MÖCHTEST DU DICH IM NEUEN JAHR
FÜHLEN?

STARTE 2027 MIT EINEM WOCHENENDE NUR
FÜR DICH. ZUM ANKOMMEN, AUFTANKEN UND
AUSRICHTEN.

IM GÄSTEHUUS SCHWERT ERWARTET DICH EIN
WOCHENENDE MIT VIEL YOGA, GUTEM ESSEN
UND INSPIRATION. UMGEBEN VON RUHE UND
DER BESONDEREN ATMOSPHÄRE DES ORTES
KANNST DU DURCHATMEN, ENERGIE TANKEN
UND DICH FÜR DAS NEUE JAHR AUSRICHTEN.

UNSERE ALL LEVELS YOGA-KLASSEN SIND
DARAUF AUSGERICHTET, GANZ BEI DIR UND IM
MOMENT ANZUKOMMEN UND RAUM FÜR
INSPIRATION ZU SCHAFFEN.

WIR BIETEN DIR RAUM FÜR REFLEKTION IN DER
OPEN JOURNALING ZEIT UND DEINE
PERSÖNLICHE JAHRESAUSRICHTUNG IN DER
VISIONBOARD PRACTICE. MACHE DEINE ZIELE
UND WÜNSCHE SICHTBAR MIT BILDERN,
FARBEN UND WORTEN UND KREIIERE DEINE
ENERGIE FÜRS 2027.

WAS ERWARTET DICH?

5 YOGA KLASSEN

FÜR ALLE LEVELS, FLIESSEND UND
BEWUSST

1 VISION BOARD PRACTICE

RAUM, UM DEINE WÜNSCHE, IDEEN
UND VISIONEN FÜR 2027 SICHTBAR
WERDEN ZU LASSEN

ZEIT FÜR DICH

ZUM LESEN, SPAZIEREN,
ENTSPANNEN, REFLEKTIEREN ODER
EINFACH NICHTSTUN

2 ÜBERNACHTUNGEN

IM EINZEL- ODER DOPPELZIMMER IM
GÄSTEHUUS SCHWERT

2X BRUNCH

VEGETARISCH ODER VEGAN

2X ABENDESSEN

VEGANES 3-GÄNGE-MENU

SNACKS UND TEE

FÜR ZWISCHENDURCH

WANN & WO?

FREITAG, 08. JANUAR 2027

ANREISE BIS 15:30 UHR

SONNTAG, 10. JANUAR 2027

ABREISE UM 11:30 UHR

GÄSTEHUUS SCHWERT ANDEER

VEIA GRANDA 78, 7440 ANDEER

DAS FAMILIENGEFÜHRTE GÄSTEHUUS
SCHWERT VERBINDET HISTORISCHEN CHARME
MIT GEMÜTLICHER ATMOSPHÄRE.

DIE ARVENHOLZ-ZIMMER MIT EIGENEN
BÄDERN LADEN ZUM WOHLFÜHLEN UND
INNEHALTEN EIN, WÄHREND DER GEMEINSAME
AUFENTHALTSBEREICH RAUM FÜR BEGEGNUNG
BIETET. EIN BESONDERER ORT MIT CHARME,
EINGEBETTET IN DIE BÜNDNER BERGWELT.

ES STEHEN AUSREICHEND KOSTENFREIE
PARKPLÄTZE ZUR VERFÜGUNG.

DIE ANREISE MIT DEN ÖFFENTLICHEN
VERKEHRSMITTELN IST EBENFALLS
PROBLEMLOS MÖGLICH.



@SONJA.YOGAWERKART

WER SIND WIR?

"NEVER MEASURE THE FIRST STEP BY DISTANCE." - MICHAEL JAMES WONG

SONJA



YOGA: BEGLEITET MICH SEIT RUND 20 JAHREN IN SEINEN VERSCHIEDENEN FACETTEN, AUF UND NEBEN DER MATTE



AUSBILDUNGEN: 200H RYT (2017), 50H RYT YIN YOGA (2020), 300H RYT (2022), 50H RYT KUNDALINI YOGA (2024)



UNTERRICHT: HATHA YOGA INSPIRIERT VON KATONAH, KUNDALINI & YIN YOGA



MEINE PHILOSOPHIE: IN DER YOGAPRAXIS BEGEGNET MAN SICH IMMER WIEDER AUFS NEUE, GENAU DA, WO MAN IN DEM MOMENT IST UND DAS ERFAHRENE BEGLEITET EINEN IN DEN ALLTAG HINEIN.



ABSEITS DER MATTE: MEIN ANTRIEB IST LERNEN. WENN MICH ETWAS PACKT, DANN VERTIEFE ICH MICH DARIN, BIS ICH FÜR MICH GENUG WEISS.



FUN FACT: ICH HABE BISHER SO UM DIE 3000 ORIGAMI KRANICHE GEFALTET



@CORINNE.FREEINFLOW

"YOU ALONE ARE ENOUGH. YOU HAVE NOTHING TO PROVE TO ANYBODY." - MAYA ANGELOU

CORINNE



YOGA: SEIT RUND 10 JAHREN TEIL MEINES LEBENS - VON DYNAMISCHER PRAXIS BIS ATEMARBEIT UND MEDITATION



AUSBILDUNGEN: 200H YTT (2024) & 300H YTT (2026) MIT CONSCIOUS YOGA ACADEMY



UNTERRICHT: HATHA & VINYASA YOGA SOWIE PRANAYAMA



MEINE PHILOSOPHIE: YOGA IST FÜR MICH MEHR ALS DIE PRAXIS AUF DER MATTE - EINE EINLADUNG, BEWUSSTER ZU LEBEN UND IMMER WIEDER IN VERBINDUNG MIT MIR SELBST UND MEINER UMGEBUNG ZU KOMMEN



ABSEITS DER MATTE: ICH LIEBE NATUR, BEWEGUNG UND DAS ENTDECKEN NEUER ORTE AUF DER GANZEN WELT



FUN FACT: MEIN MORGENDLICHER HAFERMILCH-CAPPUCCINO IST DEFINITIV EIN HIGHLIGHT MEINES TAGES

PREISE & ZIMMEROPTIONEN

ALLE PREISE VERSTEHEN SICH PRO PERSON FÜR DAS GESAMTE RETREAT INKLUSIVE ÜBERNACHTUNG UND KURTAXE, RETREAT-PROGRAMM SOWIE DER AUSGESCHRIEBENEN MAHLZEITEN UND SNACKS.

DIE ZIMMER WERDEN NACH VERFÜGBARKEIT VERGEBEN. WENN DU DICH ZUSAMMEN MIT EINER BESTIMMTEN PERSON ANMELDEN MÖCHTEST ODER EINE BESTIMMTE ZIMMERPRÄFERENZEN HAST, GIB DIES BITTE BEI DER ANMELDUNG AN.

DIE NACHFOLGENDEN PREISE GELTEN BIS ZUM 15. NOVEMBER 2026. FÜR BUCHUNGEN, DIE NACH DIESEM DATUM EINGEHEN, WIRD EIN PREISZUSCHLAG VON 8 % BERECHNET. WIR EMPFEHLEN DAHER, BUCHUNGEN MÖGLICHST FRÜHZEITIG VORZUNEHMEN, UM VON DEN AKTUELLEN KONDITIONEN ZU PROFITIEREN.

PREISE & ZIMMEROPTIONEN

FRAGARACH / SHAMSHIRE / EXCALIBUR
2 EINZELBETTEN
CHF 760.– PRO PERSON IM DOPPELZIMMER
CHF 920.– BEI EINZELBELEGUNG

GIRISH
DOPPELBETT (160 CM)
CHF 720.– PRO PERSON IM DOPPELZIMMER
CHF 900.– BEI EINZELBELEGUNG

SOLAIS / SAMOSEK
2 EINZELBETTEN · ROLLSTUHLGÄNGIG
CHF 760.– PRO PERSON IM DOPPELZIMMER
CHF 920.– BEI EINZELBELEGUNG

PREISE & ZIMMEROPTIONEN

KARMA SPOT

DU MÖCHTEST DIR DIESES RETREAT GERNE
GÖNNEN UND BIST MIT EINEM KLEINEREN
BUDGET UNTERWEGS?

WIR VERGEBEN EINEN KARMA SPOT MIT 10 %
RABATT AUF DEN GESAMTPREIS IM
DOPPELZIMMER.

IM GEGENZUG UNTERSTÜTZT DU UNS
WÄHREND DES RETREATS BEI VERSCHIEDENEN
KLEINEN AUFGABEN, DIE RUND UM DAS
WOCHENENDE ANFALLEN.

DER KARMA SPOT IST INSBESONDERE FÜR
PERSONEN GEDACHT, FÜR DIE DER REGULÄRE
RETREATPREIS EINE FINANZIELLE HÜRDE
DARSTELLT.

DU HAST INTERESSE AM KARMA SPOT?
MELDE DICH DIREKT BEI UNS.

ANMELDUNG & BUCHUNG

DIE PLÄTZE FÜR DAS VISION & FLOW RETREAT
VOM 08. - 10. JANUAR 2027 SIND BEGRENZT.
WENN DU DABEI SEIN MÖCHTEST, SCHREIB
UNS GERNE EINE E-MAIL MIT:

- VOR- UND NACHNAME
- GEWÜNSCHTE ZIMMEROPTION
- FALLS GEWÜNSCHT: NAME
ZIMMERPARTNER/IN
- TELEFONNUMMER
- ALLGEMEINE FRAGEN

WIR MELDEN UNS ANSCHLIESSEND
PERSÖNLICH MIT ALLEN WEITEREN
INFORMATIONEN ZUR BUCHUNG UND
ZAHLUNG BEI DIR. FÜR EINE VERBINDLICHE
RESERVATION IST EINE **ANZAHLUNG VON CHF
300.- ERFORDERLICH**. DER RESTBETRAG IST
6 WOCHEN VOR RETREATBEGINN FÄLLIG.

DU HAST NOCH FRAGEN ZUM RETREAT, ZU
DEN ZIMMERN ODER ZUM ABLAUF?
MELDE DICH JEDERZEIT GERNE PER E-MAIL -
WIR FREUEN UNS, VON DIR ZU HÖREN.



CORINNE-HALTER@HOTMAIL.COM

LUST, GEMEINSAM
INS NEUE JAHR ZU
FLIESSEN?

WIR FREUEN UNS AUF DICH UND
AUF EIN INSPIRIERENDES,
ENTSPANNTES WOCHENENDE IN
ANDEER. ✨

