Yogaretreat im Sutra House - the wish to grow

5. - 8. März 2026

Der Frühling lädt uns ein, in voller Kraft und mit neuen Ideen zu wachsen. The wish to grow - der Wunsch nach Wachstum, nach Veränderung, nach Erneuerung. Altes Zurücklassen, Neues willkommen heissen - mit dieser Idee arbeiten wir gemeinsam an diesem Wochenende auf der Matte, geniessen dazwischen Massagen und freie Zeit wohlwollendes Zusammensein und feinstes Essen.

Wir haben 2 Einzelzimmer, 5 Doppelzimmer und 2 Dreibettzimmer zur Verfügung. Zur Infrastruktur des Hauses gehören ein beheizter Aussenpool, Sauna und Dampfbad. Jedes Zimmer verfügt über ein eigenes Bad mit WC.

Mit dem Auto oder mit ÖV bist du ab Bern in knapp 2 Stunden in Riehen. Der Aufenthalt kann wunderbar mit einem Besuch in der Fondation Beyeler oder grad über die Grenze mit dem Vitra Museum verbunden werden.

Programm
7.30 - 10.30 Uhr Morgenpraxis mit viel Pranayama
10.30 - 12 Uhr ausgiebiger Brunch
Nachmittag zur freien Verfügung
17 - 18.30 Uhr ruhige Abendpraxis
18.30 - 20 Uhr Abendessen

Wir beginnen am 5. März um 17 Uhr. Die Zimmer können ab 15 Uhr bezogen werden. Am 8. März beenden wir nach dem gemeinsamen Brunch die Auszeit.

Preis für Yoga: 450.- (inkl. Notizheft und goodie bag)

Preis für Unterkunft inkl. Halbpension
510.- im Dreibettzimmer
620.- im Doppelzimmer
770.- im Einzelzimmer

Teacher: Alex & Corinne
Anmeldung: info@yogamarket.ch

yogamarket