Yoga Schule Olten

Winterzeit – Einkehr und Entspannung mit Yoga

Freitag, 22. Januar bis Sonntag, 24. Januar 2027

**Geniesse die Ruhe, lass deine Seele baumeln,
finde deine innere Mitte.**

Wir bieten dir eine wunderbare und einzigartige Möglichkeit, den Fokus für einmal auf dich zu richten – mit Yoga in Heiden, im malerischen Appenzellerland, hoch über dem Bodensee.



Yoga Schule Olten

Winterzeit – Einkehr und Entspannung mit Yoga

Freitag, 22. Januar bis Sonntag, 24. Januar 2027

Geniesse die Ruhe, lass deine Seele baumeln, finde deine innere Mitte.

Wir bieten dir eine wunderbare und einzigartige Möglichkeit, den Fokus für einmal auf dich zu richten – mit Yoga in Heiden, im malerischen Appenzellerland, hoch über dem Bodensee.

Geniesse eine individuelle Betreuung durch deine Yogalehrerin und die Exklusivität einer Kleingruppe. Der Yogaunterricht basiert auf der langjährigen Erfahrung und hohen Qualität deiner Yogalehrerin. Du wirst sehen und es spüren: Bereits zweieinhalb Tage mit Yoga und reichlich Freiraum für dich selbst haben eine erstaunliche Wirkung und erlauben es dir, den Alltag für einen Moment einfach hinter dir zu lassen.

Die hervorragende Yogapraxis, verbunden mit gezielter Meditation, werden Körper, Geist und Seele verbinden und eins werden lassen. Unsere Vorfreude ist gross, gemeinsam mit dir praktizieren zu dürfen und eine innere Zufriedenheit entstehen zu lassen.

Wenn das nicht die ideale Kombination ist für eine wohltuende Winterzeit: Yoga, mit Eins-zu-eins-Betreuung, eine einladende Location zum gemütlichen Verweilen. Und das an einem Ort, eingebettet in sanfte Hügel und weite Horizonte. Ein inspirierender Mix, der einlädt, die Kraft der Winterstille zu erleben.

Mit dem Hotel Heiden**** ist es uns gelungen, einen Rückzugsort für unsere Idee zu gewinnen, welcher Tradition ehrt und modernen Luxus lebt. Der grosszügige Wellnessbereich, die stilvollen Zimmer, das Wohnzimmer mit Blick auf den Bodensee und das exquisite Restaurant Acht bieten Gastfreundschaft, Genuss und Erholung auf höchstem Niveau.

Im Bereich Yoga begleitet dich an diesen drei Tagen Renate Lämmli, Yoga Schule Olten.

Kosten CHF 795.– im Komfort-Zimmer zur Doppelnutzung bzw. CHF 895.– im Komfort-Zimmer zur Einzelnutzung (exkl. Kurtaxe) pro Person.

Die Winterzeit mit Yoga beinhaltet all diese Leistungen:

- 2 Nächte im stilvollen Komfort-Zimmer zur Parkseite
- Willkommensapéro
- 2 × reichhaltiges Frühstücksbuffet mit regionalen Spezialitäten
- 1 × kleines Mittagessen, inkl. Tischwasser
- 2 × Nachtessen mit 4-Gang Menu, inkl. Tischwasser
- Teebar mit exquisiten Tees von Focusana
- Nespresso Maschine und Wasser im Zimmer
- 6 Stunden Yoga (Freitag 1½ h, Samstag 2 × 1½ h, Sonntag 1½ h)
- Benützung des Yogaraums und des Yogamaterials

- Benützung des 1000 m² grossen Wellnessbereichs mit Panorama-Hallenbad, Aussen-Whirlpool und einer grosszügigen Saunalandschaft
- Benützung des Fitnessraums

Wird ein Superior-Zimmer mit Blick auf den Bodensee gewünscht, ist der Aufpreis CHF 20.– pro Nacht und Zimmer.

Anmeldung
Deine Anmeldung ist ab sofort möglich bei deiner Yogalehrerin.

Anmeldefrist bis spätestens 23. November 2026! Platzzahl beschränkt. Die Mindestzahl für eine Durchführung des Yoga-Weekends sind 8 Teilnehmende.

Annullation
Kostenlose Annullation bis 28. November 2026, danach wird der ganze Betrag in Rechnung gestellt. Bei einer kurzfristigen Annullation bitte Rücksprache mit deiner Yogalehrerin nehmen.

Versicherung
Für Unfälle wird jede Haftung abgelehnt. Die Versicherung ist in jedem Fall Sache der Teilnehmenden.

An- und Abreise
Das Hotel Heiden ist mit dem ÖV und Auto gut erreichbar. Wenn du bereits den Freitagmorgen im Appenzellerland geniessen möchtest, ist es möglich, das Gepäck im Hotel Heiden einzustellen, Check-in ist dann ab 15.00 Uhr. Parkplätze/Garage stehen gegen Entgelt zur Verfügung. Der Aussenparkplatz kostet CHF 7.– und die Garage CHF 14.– pro Nacht.

Das gleiche gilt am Abreisetag: Check-out ist um 11.00 Uhr mit Begleichung aller individuellen Kosten. Das Gepäck kann bis zur Abreise eingestellt werden.

Bei 3 Übernachtungen profitierst du von einer Gratis An- und Rückreise mit dem öffentlichen Verkehr (2. Klasse). Buche bei Interesse deine Zusatznacht direkt beim Hotel.

Folgende Aktivitäten sind möglich am An- und Abreisetag sowie in den freien Stunden
- Wellness und Entspannung in der 1000 m² grossen Wellnesslandschaft mit Weitblick – Panorama-Hallenbad, Aussen-Whirlpool, weitläufiger Saunalandschaft und Fitnessraum
- Eine wohltuende Massage, um sich zu verwöhnen. Das Hotel Heiden offeriert 10 % Rabatt auf Massagen. Behandlungen können frühzeitig im Voraus online gebucht werden.
- Winterstimmung in Heiden erleben auf dem Vitaparcours oder auf kleinen Wanderungen
- Heiden-Bähnli an den Bodensee
- Henry-Dunant-Museum
- Ab 3 Übernachtungen Appenzeller Ferienkarte mit über 40 Gratis-Erlebnissen

Yoga Schule Olten



Yoga Schule Olten
Kirchgasse 25
4600 Olten

079 400 82 00

www.yogaschuleolten.ch
renate.laemmli@bluewin.ch

Hotel Heiden
Seeallee 8
9410 Heiden

071 898 15 15

www.hotelheiden.ch
info@hotelheiden.ch

Anmeldung Massagen im Voraus empfohlen

Yoga Schule Olten, Kirchgasse 25, www.yogaschuleolten.ch
renate.laemmli@yogaschuleolten.ch | 079 400 82 00