

Alpinkreaktiv
WANDER- UND TREKKINGREISEN FÜR FRAUEN

Gudrun Queitsch
0049160/94757489
www.alpinkreaktiv.de
info@alpinkreaktiv.de

Yoga und Wandern im Blauen Land – Genusswoche mit Zugspitzblick

12.September – 18. September 2027

Die Weite des Murnauer Moores, das sanfte Blau des „Blauen Landes“ und die majestätische Kulisse der Alpen schaffen den perfekten Rahmen, um tief durchzuatmen und ganz bei sich anzukommen. Im Hotel Alpenblick in Ohlstadt beginnt jeder Tag mit einer wohltuenden Yoga Praxis.
Nach dem Frühstück führen unsere Wanderungen durch Moorlandschaften, entlang von Bächen, zu Wasserfällen und weiten Aussichtspunkten. Unterwegs laden Yoga- und Atemübungen immer wieder zum Innehalten ein, sodass ein natürlicher Rhythmus aus Bewegung und Stille entsteht.
Am Nachmittag vertieft eine weitere Yogaeinheit das Gefühl von Leichtigkeit und Erholung. Die Wanderungen eignen sich für alle, die sich gerne bewegen, Erholung in der Natur suchen und sind auch für Einsteigerinnen geeignet.

Nähere Informationen auf der Webseite www.alpinkreaktiv.de



