

**Yoga, Meditation und Wandern an einem alten
Kraftort in den Dolomiten,
10.10 – 16.10.2027**



Ankommen und sich niederlassen in der Ruhe und Weite dieses besonderen Kraftortes Maria Saalen.

Die eigene Mitte spüren, Zentrierung, Ruhe, Kraft, Konzentration, Fließen und Genießen.

Das können wir in dieser Yoga- und Wanderwoche erfahren.

Der kleine Weiler Maria Saalen thront auf 1000 m hoch über dem Pustertal. Hier wohnen wir im komfortablen Natur- und Yogahotel Saaler Wirt, einem der ältesten Gasthöfe im Alpenraum.

Unsere Yogapraxis findet im hochwertig ausgestatteten und achtsam gestalteten Yogaraum statt. Bei gutem Wetter praktizieren wir auf einer Holzplattform im Wald.

Auch während der leichten Wanderungen durch die Südtiroler Kultur- und Berglandschaft halten wir inne zu Yoga und Meditation.

Wir freuen uns auf euch

Bettina und Gudrun

**Nähere Informationen
[auf unserer Webseite](#)**

www.alpinkreativ.de

