

YOGA & KLANG

A scenic view of a mountain valley. In the background, there are large, rugged mountains with patches of green and grey. In the middle ground, a large white building with a red roof and many windows is visible, surrounded by lush green trees. In the foreground, there is a wooden building with a grey roof and a wooden fence. The sky is clear and blue.

Yoga-Retreat an Pfingsten auf der Schweibenalp
mit Daniela Renaud & Sibylle Hänni
6.-9. Juni 2025

IM EINKLANG

Zentrum der Einheit Schweibenalp, 6.-9. Juni 2025

Yoga ist Meditation in Bewegung und führt in die Ruhe. Die Kombination von Yoga und Klang bietet eine heilsame Awechslung für deinen Körper und deinen Geist. Wir freuen uns auf dich!

Daniela Renaud

Daniela ist ausgebildete Yogalehrerin YS und EYU mit Schwerpunkt indische Philosophie. Daniela unterrichtet im Hatha Flow Stil, verbunden mit Vinyasa. Atem ist zentral. Sie nimmt Energien im Moment auf und unterrichtet intuitiv. Sie leitet Meditationen und unterrichtet im Teacher Training Bern. Daniela ist Klangtherapeutin, Heil- & Energiecoach, wirkt und lebt seit November 2023 in Costa Rica.

Sibylle Hänni

Es liegt Sibylle am Herzen, Yoga-Praktizierenden einen Raum zu öffnen, in dem sie sich erleben und Freude erfahren können auf ihrer Reise nach Innen. Ob über Flows, ruhige Asanas, Pranayama oder Meditation möchte sie Menschen unterstützen, Samen zu säen und den Wunsch zu wachsen zu kultivieren. Sibylle liebt die Bergwelt und die Kraft ihrer Natur.

Die von Bergseen und steil abfallenden Schluchten geprägte Naturlandschaft bietet viel Raum zum Loslassen, Verweilen und Auftanken. Entdecke kleine und grosse Kraftplätze im Wald und in den Permakultur-Gärten der Schweibenalp.

Preise

Yoga & Klang CHF 560, early bird: CHF 480, Zahlung vor 31.01.25
DZ mit Vollpension ca. CHF 405 gemäss schweibenalp.ch/preise
(Bezahlung vor Ort). Preise EZ und Mehrbettzimmer s. Website.

Programm

Beginn: Freitag, 16.00 Uhr, Abschluss: Montag, 12.30 Uhr

Ein umfangreiches Programm erwartet dich mit vielen Yoga-Stunden (Hatha Flow, YIN), Klang-Meditationen, Klang-Reisen, Pranayama & Meditation, Yoga Nidra, Entspannen und Zeit in der Natur.

Anmeldung renaud.daniela@bluewin.ch

Daniela: yogaklang.ch / Sibylle: yoga-kallafira.com

Anreise und Unterkunft schweibenalp.ch

© Titelbild: Zentrum der Einheit, Schweibenalp

