



## Yin Retreat 2026 «YinYou» mit Barbara Burkhardt

Donnerstag bis Sonntag, 05. - 08. Februar 2026

### Über diesen Yogaretreat im Prättigau (GR)

In diesen 3 Tagen wirst Du mit Barbara in die Welt des Yin Yoga, der Meditation und Atemachtsamkeit eintauchen. Visualisierungsreisen aus der Hatha Yogapraxis ergänzen und bereichern diese Reise nach Innen.

Erfahre was es bedeutet sich der Yin Qualität ganz hinzugeben, bewusst langsam und still zu werden, damit der Blick nach Innen frei werden kann. Ein heilsames Extra findet in diesen Tagen auch in bewussten Austauschzeiten statt, wo Fragen und Erfahrungen in Bezug auf die Yogapraxis in der Gruppe Platz haben werden. Diese Räume fördern erfahrungsgemäss ein tieferes Verständnis auf allen Ebenen, für die Praxis und damit auch für Dich selbst. Durch Barbaras Jahrzehnte langer Erfahrung auch im therapeutischen Bereich, ist ihre Begleitung fundiert, ganzheitlich und wie ihr spiritueller Name «Bhakti» verrät, wohlwollend und herznah.

Eine Regenerations – und Rückbesinnungsreise für Körper, Geist und Seele.

Dieser Retreat ist eine Bereicherung für Interessierte und Yogalehrende gleichermaßen.

### Über Barbara Burkhardt

Barbara Burkhardt arbeitet als Body / Mind Heilerin und Psychotherapeutin.

Seit 45 Jahren setzt sie sich intensiv mit fernöstlichen Heiltechniken und ganzheitlichen Methoden der Bewusstseinschulung auseinander. Auf ihren vielen Reisen in asiatische Länder hat sie diese alten Traditionen bei verschiedenen Meistern erlernt.



Barbara hat eine Praxis als Psychotherapeutin. Sie unterrichtet Ausbildungen und Workshops zu Yin Yoga und Thaiyogamassage und leitet Meditationsretreats. Während 25 Jahre arbeitete

# Yin Retreat 2026

sie als Dozentin für Yoga, Meditation und Prozessbegleitung an der Lotos Ausbildungsschule in Basel und Zürich.

## Kursprogramm:

### **Anreisetag Donnerstag 05. Februar 2026**

Einchecken von 11.00 – 13.00 Uhr / \*Zimmerbezug ab 15.30 Uhr garantiert

16.00 – 18.00 Ankommen

18.00 – 19.00 3 Gang Nachtessen

### **Kursprogramm Freitag & Samstag 06./07. Februar 2026**

08.00 – 09.00 Meditation

09.00 – 10.00 Frühstück

10.00 – 13.00 Yogapraxis

13.00 – 16.00 Mittag & Pause (mit Suppe und Brot)

16.00 – 18.00 Yogapraxis

18.00 – 19.00 3 Gang Nachtessen

20.15 – 21.00 Stille Meditation

### **Abreisetag Sonntag 08. Februar 2026**

07.30 – 09.30 Meditation & Yogapraxis

09.30 – 10.30 Frühstück inkl. Zimmer räumen

10.30 – 11.15 Abschluss

Ab 11.15 Individuelle Abreise (Lunchpaket)

## Kurskosten

18 Lektionen à 60 Minuten = CHF 575.00

Zusammen mit der schriftlichen Anmeldung wird die Anzahlung von CHF 200.00 fällig.

Die Restzahlung von CHF 375.00 erfolgt bis Ende Dezember 2025 auf folgendes Konto:

Zitlos Dein Raum

CH32 0900 0000 6139 1470 4

„Yin Retreat 2026“

### **Annulationsgebühr:**

Bei Annullaion bis 3 Monate vor Kursbeginn: 30 % der gesamten Kurskosten

Bei Annullaion bis 2 Monate vor Kursbeginn: 50 % der gesamten Kurskosten

Bei Annullaion weniger als 2 Monate: 100 % der gesamten Kurskosten

**Eine private Reiserücktrittversicherung wird empfohlen.**

# Yin Retreat 2026

Unsere Gastgeber in Stels GR:  
Seminarhotel Stelserhof in 7226 Stels/Schiers



## Zimmerpreise 2025:

Einzelzimmer mit Dusche/WC à CHF 175.00  
Doppelzimmer mit Dusche/WC à CHF 155.00  
Einzelzimmer mit Lavabo à CHF 152.00  
Doppelzimmer mit Lavabo à CHF 132.00

*\*Die Preisangaben verstehen sich pro Person/Nacht und exkl. Kurtaxen CHF 3.00 p.P/N*

**In diesem Preis enthalten sind:** Vollpension (regionale, vegetarische Küche) /  
Tagsüber Tee und Früchte zur freien Verfügung

*Gegen einen kleinen Aufpreis & Voranmeldung bieten wir auch am Ankunftstag,  
Suppe, Salat & Hausbrot an.*

Zimmerreservation bitte frühzeitig und direkt unter: <https://stelserhof.ch/zimmerreservation/>  
Die Unterbringungskosten werden vor Ort beglichen.

[mail@stelserhof.ch](mailto:mail@stelserhof.ch) - 0041 (0) 81 328 11 49 - [www.stelserhof.ch](http://www.stelserhof.ch)

