

ENTSPANNUNG
FÜR ALLE SINNE



"Yoga kann nicht in Worten oder in einem Satz zusammengefasst werden. Yoga ist eine Erfahrung die jeder für sich selbst wahrnimmt."



ALPEN
PALACE



Luxury Hideaway & Spa Retreat

Alpenpalace Yogawoche

24.09.2023 - 30.09.2023

Unsere Yogalehrerin Sabrina Innerhofer begleitet Sie durch die atemberaubende Umgebung der Ahrntaler Berge und sorgt für unvergessliche Meditations- und Yogaeinheiten. Das Alpenpalace bietet hierfür den perfekten Rückzugsort mit über 30.000 m² Privatgarten und einem ausgezeichneten Spa- und Wellnessbereich.

Jonas Mairhofer
& das Alpenpalace-Team



Montag



08:15 Uhr
Morgen-
Meditation

09:00 Uhr
Yoga
Element Feuer



12:15 Uhr
Power
Nordic Walking

Dienstag



08:15 Uhr
Morgen-
Meditation

09:00 Uhr
Yoga
Element Erde



12:15 Uhr
Kneipp-
Wanderungen

Mittwoch



Sauna
Aufgüsse

Zeit für Spa
Anwendungen



Do-It-Yourself
Peelings

Donnerstag



08:15 Uhr
Morgen-
Meditation

09:00 Uhr
Yoga
Element Luft



12:15 Uhr
Atem im Wald

Freitag



08:15 Uhr
Morgen-
Meditation

09:00 Uhr
Yoga
Element Wasser



12:15 Uhr
Wanderung
Wasserfälle



Saunaaufgüsse: 15:30 Entspannungsaufguss
16:45 Peeling Aufguss | 18:00 Erlebnisaufguss



Viropa Tee Buffet
ganztäglich im Spa Alpin



Ayurveda Spa Anwendung
auf Anfrage im Spa Alpin



Entspannende Atmosphäre
im 30.000 m² großen Garten