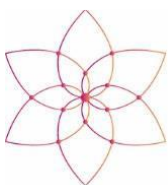


YOGA auf der Alm

Rodeneck Südtirol

03. bis 06. Juli 2025



BIRGIT SEBALD
Yoga

YOGA auf der Alm

4 Tages Retreat

Leistungen:

Lass dich von der stillen Magie der „Rodenecker Alm“ verzaubern und genieße die saftig grünen Almwiesen unter deinen Füßen. Auf der modernen und sehr gemütlichen Starkenfeld Hütte (<https://www.starkenfeld.com>) mit Sauna lädt der Yoga Raum mit Panoramafenster zum Entspannen ein. Umgeben von den Südtiroler Alpen kannst du die Welt um dich herum für ein paar Tage vergessen und die unvergleichliche Kulisse lässt deine Seele baumeln.

Highlights:

3 Nächte auf der Alm inkl. Halbpension

6x Yogaeinheiten à 90 Minuten

3x gemeinsame Wanderungen

Die Dachgeschoss-Sauna lädt dich ein, Körper und Geist zu regenerieren

Termin:

Donnerstag, 03. Juli - Sonntag, 06. Juli 2025

Preis:

€ 595,- inkl. Halbpension; 3 Nächte auf der Alm, 6x Yogaeinheiten und gemeinsame Wanderungen. Mit der Anmeldung sind € 295,- zu bezahlen.

*Sei dabei bei diesem unvergesslichen Yoga
Retreat in den Südtiroler Bergen.*

YOGA auf der Alm

Ablauf und Inhalte

Donnerstag, 03.07.2025

- 10.00 Uhr Ankunft an der Starkenfeld Hütte
- Bis ca. 13.00 Uhr Kennenlernen & gemeinsames Mittagessen
- Nachmittags freie Zeit zum Ankommen und wohlfühlen
- 16.30 Uhr 90 Minuten Yoga im hauseigenen Yoga Raum „Sundowner Flow“
- 18.30 Uhr gemeinsames Abendessen

Freitag, 04.07.2025

- 7.00 Uhr Morgen Session im Yoga Raum
- 8.30 Uhr herzhaftes Almfrühstück
- 10.30 Uhr ca. 3-stündige einfache Wanderung zum Gipfel des Astjoch (250 Höhenmeter)
- 16.30 Uhr 90 Minuten Yin-Yoga im Yoga Raum
- 18.30 Uhr gemeinsames Abendessen

Samstag, 05.07.2025

- 7.30 Uhr Morgen Session im Yoga Raum
- 8.30 Uhr herzhaftes Almfrühstück
- 10.30 Uhr ca. 3-stündige einfache und flache Wanderung durch die Almlandschaft
- 16.30 Uhr 90 Minuten Kundalini-Yoga im Yoga Raum
- 18.30 Uhr gemeinsames Abendessen

YOGA auf der Alm

Sonntag, 06.07.2025

- 7.00 Uhr Abschluss Session im Yoga Raum
- 8.30 Uhr gemütliches Almfrühstück
- Bis 10.00 Uhr Auschecken (bitte beachtet das Fahrverbot auf der Alm)
- 11.00 Uhr (optional) weitere Wanderung auf der Alm
- 16.30 Uhr Abfahrt von der Hütte und Heimreise

Allgemeine Infos

Für die Anfahrt mit dem Auto erhalten wir eine Zufahrtsgenehmigung und können morgens bis 10:00 und nachmittags ab 16.30 Uhr bis zur Almhütte fahren, ansonsten ist die Hütte vom Parkplatz Zumis in einem 1,5 Stunden Fußmarsch leicht erreichbar. Bitte sendet KFZ-Kennzeichen und Auto-Modell sowie Daten des Fahrzeugführers (Name, Geburtstag und Herkunft) für die Ausstellung der Hütte zu.

An eurem Anreisetag ist das Zimmer gegen 16.00 Uhr bezugsbereit. Am Abreisetag ist das Zimmer bitte bis 10.00 Uhr frei zu machen.

Ortstaxe: Für alle Gäste über 14 Jahren wird eine Ortstaxe in Höhe von 2,10 Euro pro Person pro Nächtigung erhoben. Diese ist im Angebot nicht enthalten und wird erst vor Ort bezahlt.

Unser Hüttenzimmer verfügt über sechs Schlafmöglichkeiten, zwei Einzelbetten und 2 Stockbetten. Das Badezimmer ist ausgestattet mit einem WC, einer Dusche, einem Waschbecken und einem Spiegel. Das Hüttenzimmer verfügt über zwei Dachfenster und zwei kleinere Schränke zur Unterbringung der Kleidung.

YOGA auf der Alm

Inklusivleistungen

- Frühstück mit herrlichem Ausblick und einem reichhaltigem Frühstücksbuffet mit regionalen Produkten aus der Umgebung
- ein delikates 4 Gänge Abendmenü um 18.30 Uhr (modern- traditionelle Küche)
- ein kleiner SPA- Bereich mit finnischer Sauna, einer Infrarotkabine (bis 17:30 Uhr nutzbar) und einer Regendusche und einem großen Ruhe Panoramasaal
- gegen Aufpreis bietet die Hütte auch mittags eine warme Küche (à la carte), nachmittags können wir hausgemachte Torten und Apfelstrudel und einen Kaffee dazu genießen.

Extra Getränkepauschale (optional)

Nur Kaffee, Säfte & Wasser: + 25€ / Tag

...inkl. ausgewählte Weine, Aperitifs und Bier: +35€ /Tag

...inkl. Cocktails und Schnäpse: +50€ / Tag

Näheres und buchbar bei Birgit

Birgit Sebold
Mühlenstr. 13
85567 Grafing
sebold.birgit@gmail.com
+49 176 22208922

Rodenecker Alm 20
I-39037 Rodeneck / Südtirol
Tel. +39 3313513029
info@starkenfeld.com

YOGA auf der Alm Do/Fr/Sa/So 03.07. bis 06.07.2025

Anmeldeformular

Yoga Retreat auf der Starkenfeld Hütte
Rodenecker-Lüsner Alm, Südtirol



Leistungen:

Dem Himmel so nah den Sorgen so fern, in den Südtiroler Bergen da bin ich gern.

- 6x Yogaeinheiten à 90 Minuten
- 3 Nächte auf der Alm inkl. Halbpension im 6er Hüttenzimmer
- 3 optionale, gemeinsame Wanderungen auf der Rodenecker-Lüsner Alm
- Die Dachgeschoss-Sauna lädt dich ein, Körper und Geist zu regenerieren

Vor- und Nachname	
Straße, Hausnr.	
PLZ, Ort, Land	
Tel. / Mobil	
E-Mail	

Yogaerfahrung ist keine zwingende Voraussetzung. Bitte bringe Dein eigenes Equipment (Yogamatte, 2 Yogablöcke, 1 Gurt und ein Meditationskissen) mit.

Am Donnerstag treffen wir uns um 10.00 Uhr bzw. 17.00 Uhr auf der Starkenfeld Hütte. Eventuelle Fahrgemeinschaften können untereinander verabredet werden, dafür erstelle ich eine WhatsApp Gruppe.

Die Alm befindet sich auf einen der schönsten Plätze, auf einem der sonnigsten Hochplateaus der Alpen. Auf der Rodenecker-Lüsner Alm, hoch droben auf 2000 m mitten in Südtirol, mit einer grandiosen Weite und dem Blick in die Dolomiten.

<https://www.starkenfeld.com/>

Bezahlung:

Mit der Anmeldung überweise ich innerhalb von **7 Tagen**

die Anzahlung in Höhe von 295 € auf folgendes Konto: Birgit Sebald
DKB, IBAN: DE33 1203 0000 1072 8845 29, BIC: BYLADEM1001

Die Anmeldung für das Yoga Retreat ist hiermit verbindlich.

Der Restbetrag in Höhe von 300 € ist bis spätestens zum 01.05.2025 zu überweisen.

Teilnehmerzahl:

Die Veranstaltung kommt zustande, wenn sich mindestens 6 Personen bis zum 31.12.2024 angemeldet haben. Die maximale Teilnehmerzahl beträgt 12 Personen. Sollte die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht werden, werden die sich bisher

angemeldeten Personen innerhalb von zwei Wochen nach Anmeldeschluss benachrichtigt. Bereits geleistete Zahlungen werden zurückerstattet.

Stornierungsbedingungen:

Bei einer Stornierung bis 3 Monate vor dem Retreat betragen die Stornierungskosten 30% des Gesamtpreises.

Bei einer Stornierung bis 2 Monate vor dem Retreat betragen die Stornierungskosten 50% des Gesamtpreises.

Bei einer Stornierung bis 10 Tage vor Veranstaltungsbeginn betragen die Stornierungskosten 80 % des Gesamtpreises.

Bei einer Stornierung innerhalb von 7 Tagen vor Veranstaltungsbeginn, einer Nicht-Anreise oder einem Abbruch – ungeachtet der Gründe – fallen 100 % der Kosten an und es besteht kein Anspruch auf Rückerstattung des gezahlten Betrages.

Falls der für euch reservierte Teilnehmerplatz durch eine Nachbesetzung (z.B. Warteliste) ersetzt werden kann, erhaltet ihr unabhängig vom Zeitpunkt der Stornierung den vollen Betrag zurück, abzüglich der entstandenen Verwaltungskosten in Höhe von 75 €.

Empfehlung:

Eine Reiserücktrittsversicherung sowie eine Auslandsrankenversicherung ist empfehlenswert. „Birgit Sebald Yoga“ kann insofern keine Haftung und keine Verpflichtungen übernehmen.



bietet lediglich die Yoga Praxis an und tritt nicht als Reiseveranstalter im Sinne § 651 a BGB auf. Die Anreise ist von den Teilnehmenden selbst zu organisieren.

Datenschutz:

Mit Deiner Unterschrift bist Du damit einverstanden, dass im Rahmen dieses Retreat Fotos und/oder Videos von den Teilnehmenden, einschließlich mir angefertigt werden und von „Birgit Sebald Yoga“ für eigene Werbezwecke genutzt werden dürfen.

„Birgit Sebald Yoga“ übernimmt keinerlei Haftung für die Unterkunft. Die Teilnahme am Yoga Retreat geschieht auf eigene Verantwortung.

Ich habe die Teilnahmebedingungen gelesen und erkenne sie an

Ort: _____ Datum: _____

Unterschrift: _____

Bitte sende dieses Anmeldeformular an: Sebald.Birgit@gmail.com

Telefonische Erreichbarkeit: 0176 222 089 22