

VON INNEN LEUCHTEN



13.-15. November 2026
Hofgut Georgenthal

In der dunklen Jahreszeit zündest du das Licht in deinem Inneren an.

Der November bringt oft eine leise Schwere mit sich. Die Tage werden kürzer, das Licht rarer, und während die Natur sich ganz natürlich zurückzieht, fordert uns der Alltag oft, im gleichen, hohen Tempo. Spürst du auch dieses Bedürfnis, innerlich die Pausentaste zu drücken? Tief auszuatmen und wieder bei dir selbst anzukommen?

Das Retreat „VON INNEN LEUCHTEN“ im Hofgut Georgenthal ist eine Einladung zur Entschleunigung.

3 Tage, um die eigene Fülle willkommen zu heißen

Release & Rise

Zur Ruhe kommen. In deine Kraft wachsen.

Wir kreieren einen ehrlichen Raum – echt statt perfekt.

Durch die kraftvolle Kombination aus Kundalini Yoga, tiefem Breathwork und der Aktivierung deiner Körperintelligenz lösen wir sanft, was sich im Alltag festgesetzt hat. Wir schaffen Platz für neue Lebendigkeit und innere Klarheit.

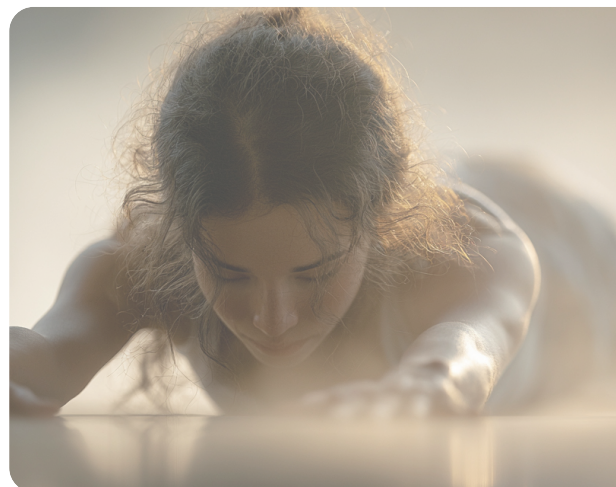
FREITAG RELEASE

ab 11:00 Uhr
Stille finden
Nutze den Wellnessbereich - Zeit für dich

15:00 Uhr
Check-In

16:30 - 17:00
Ankommen | Kennenlernen

17:00 - 18:30
Durchatmen | Loslassen
Erste Yoga-Einheit



SAMSTAG RISE

07:30 - 08:30 Uhr
Morgenpraxis & Breathwork
Aktiviere deine Lebensenergie und kläre den Geist für den Tag.

09:30 - 11:00 Uhr
Frühstück | Taunus-Stille
Gutes Essen genießen und danach Zeit für dich: Wald, Spa, oder einfach Ruhe.

16:00 - 17:30 Uhr
Kundalini-Kriya
Lade Fülle und neue Möglichkeiten in dein Leben ein. Ein kraftvoller Flow für deine Visionen.

17:30 - 18:30 Uhr
Kakao-Zeremonie
Eine Zeremonie, die das Herz weit macht



SONNTAG GLOW

08:00 - 09:30
"Von innen Leuchten"
Körperintelligenz & Integration

11:00 Uhr
Check-Out

Ab 11:00
Abreise, in deiner Kraft

Bis 19.00
Spabereich | Zeit für Dich



VON INNEN LEUCHTEN



Das Herzstück dieses Retreats ist die Kombination aus einer kraftvollen Kundalini Kriya, die Fülle und neue Möglichkeiten einlädt, und einer anschließenden Kakaozeremonie. Aktivierung und Öffnung, Kraft und Weichheit – zwei Erfahrungen, die sich gegenseitig tragen und vertiefen. So entsteht Raum für das, was wirklich zählt: die Verbindung zu dir selbst.

Zwischen den stärkenden Einheiten gehört jeder Moment dir. Lass im Spa die Seele baumeln, atme die klare Taunus-Luft bei einem Waldspaziergang ein. Genieße exzellentes Essen und Zeit für dich.

Erlaube dir, dieses Wochenende zu deinem persönlichen Wendepunkt im Herbst zu machen. Komm ins Leuchten.



Anmeldung & Kosten

13.-15. November 2026

Hofgut Georgenthal

Retreat - Gebühr 199 €

inklusive: gesamtes Yoga- & Workshopprogramm

Buchung über www.udaia.com

zzgl. Hotelkosten 259 €

inklusive:

2x Übernachtung in der gewählten Zimmerkategorie

2x Reichhaltiges Frühstücksbuffet pro Person

2x Saisonales 3-Gang-Abendmenü pro Person

1 Flasche Mineralwasser auf dem Zimmer

Nutzung des Wellnessbereichs mit Indoor- und

Outdoorpool(saisonal), Liegewiese am Weiher,

finnischer Sauna und Ruheraum. Wellnesstasche auf

dem Zimmer mit Bademantel, Saunatüchern und

Badeslippers

Parkplatz und WLAN



Die Buchung des Zimmers erfolgt direkt über das

Hofgut Georgenthal unter dem Stichwort „Yoga-Retreat“

MAIL info@hofgut-georgenthal.de

TEL 06128 9430