

*Dir zu Liebe*

# YOGA

## Wochenende für Frauen

14. bis 17. Mai 2026  
Naturhotel Alpenrose - Millstätter See

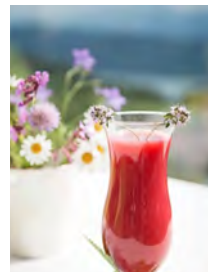
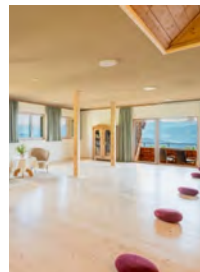
## *Yoga-Retreat für Frauen in allen Lebenslagen*

Während eines Retreats mit mir hast du die Möglichkeit tiefer in deine ganz persönliche Yoga Erfahrung einzutauchen. Die Aspekte des Yoga: Körper, Atmung, Energie & Meditation sowie die Erkenntnisse hieraus werden dich zu einem ganzheitlichen Erlebnis führen.

Egal ob du Yoga kennen lernen möchtest oder schon Erfahrungen gemacht hast: Ich begleite dich mit meiner 20-jährigen Yogalehrer Erfahrung durch ein langes Wochenende voller yogischer Praktiken, Meditation und Achtsamkeit. Wir üben so, dass jede Frau ihr eigenes Maß findet. Mit Freude und Neugier erkunden wir unsere Grenzen und fördern mit jeder Einheit noch mehr Lebenskraft und Lebensfreude.

Ich freue mich auf dich

Namasté, *Alexandra*



Weitere Details  
und Anmeldung:

Alexandra Schuhmann-Weiß  
Circle Yoga Rosenheim  
kontakt@circleyoga.de