



INTU Yogaretreat



Meditation & Yoga
Yoga Nidra & Intuition



31. Juli - 3. August 2025



www.centroarte.ch
Cabbiolo, Südbünden



078 644 72 24



info@irinaschumacher.ch



www.irinaschumacher.ch



Kurskosten: 420.-
Kost & Logis: ab



Programm

Donnerstag 31.7.

Ankunft ab 16:30

Begrüßung & Meditation

Abendessen

Freitag 1.8.

Meditation & Morgenyoga

Brunch

Freie Zeit (Massage, Spaziergang
zum Wasserfall, Lesen etc...)

Yoga Nidra & Intuitionsförderung
Nachessen

Samstag 2.8.

Meditation & Yang Yoga

Brunch

Freie Zeit

Yin Yoga & Intuitionförderung

Nachessen

Sonntag 3.8.

Morgenyoga & Abschlussrunde

Brunch

Individuelle Abreise

