

SCHLOSS ZERMATT

PROGRAMM YOGA RETREATS 2025

Yoga, Naturerlebnis & exklusives Wellness

Sommer Retreat: 26. Juni 2025 – 29. Juni 2025
Herbst Retreat: 19. September 2025 – 22. September 2025

Tag 1 | Erde

16:00 Präsentation des Retreats, des Hotels und der Tea-Time
17:00 – 18:30 Eröffnungs-Yoga-Praxis und Meditation | Erde
19:30 Abendessen in einem Partnerrestaurant

Tag 2 | Wasser

08.00 – 09.30 Yoga Vinyasa | Wasser
10:00 – 11:00 Frühstück
11:30 – 16:00 Ausflug in die Berge (je nach Wetterlage und Zugänglichkeit), Wandern sowie Meditation und Pranayama-Praxis
18:00 – 19:00 Restoratives Yoga nach der Wanderung
Freier Abend

Tag 3 | Feuer

08.00 – 09.30 Dynamic Yoga Vinyasa | Feuer
10:00 – 11:00 Frühstück
11:00 – 15:00 Freie Zeit, um Zermatt zu erkunden, den Spa zu genießen oder eine Behandlung zu buchen
15:00 – 18:00 Wanderung zu unserer geheimen Yoga-Plattform, Meditation und Yoga am Feuer mit dem Sonnenuntergang
19:30 Abendessen in einem Partnerrestaurant

Tag 4 | Luft

08.00 – 09.30 Yoga Practice and Pranayama | Luft
10:00 – 11:00 Frühstück
11:00 Check-Out
12:00 – 12:30 Meditation, Abschlusskreis, Gesprächs- und Austauschzeit
Nachmittags Möglichkeit, den Tag im Hotel zu verbringen, Fitnessstudio, Spa, Massage, Zermatt erkunden

SCHLOSS Zermatt
CBD & Adaptogenic Spa und Sport Hotel
Bahnhofplatz 18
3920 Zermatt

www.schlosszermatt.swiss
info@schlosszermatt.swiss
+41 27 966 44 00

FIND
YOUR
FLOW