



BeYou Sommer-Retreat Boltenmühle 17.-19. Juli 2026

Yoga · Meditation · Natur · Klang · Pflanzenwissen · Selfcare

Ein Wochenende nur für dich

Raus aus dem Alltag. Rein in Natur, Stille und Verbindung.
Dieses Retreat schenkt dir Raum für Selfcare, innere Ruhe
und neue Energie.



Das erwartet dich:

- achtsames und ausgleichendes Hatha-Yoga
- Naturerfahrung & Pflanzenwissen
- Meditation & Journaling sowie Selfcare-Rituale
- Trommelklänge und Soundbath im Wasser
- gemeinsames Erleben, Austausch und Zeit für dich

Ablauf:

Freitag, 17.07. Anreise ab 15 Uhr
Start 16.30 Uhr

Sonntag, 19.07.
Ende ca. 12 Uhr

Investition:

Retreat-Beitrag: 350 €
Unterkunft (separat buchbar)
Einzelzimmer 208 € inkl.
Frühstück

Wir freuen uns auf Dich!



Maria Hochschorner
Dipl. Sportwissenschaftlerin &
Hatha Yoga Teacher

Instagram: [personalhealthcoaching](https://www.instagram.com/personalhealthcoaching)

Corinne Adolph
Gesundheitspraktikerin für Kräuterkunde,
Entspannung & Ausbildungsdozentin
(DGAM)

www.corinneadolph.de

Jetzt anmelden! (10 Plätze verfügbar)

Anmeldungen bitte hier:

info@personal-health-coaching.de

info@corinneadolph.de



Rückfragen:

Maria: 0177-3040569

Corinne: 0177-4071834