

Mona(E)Lisa Allgaier Schwestern Retreat:

'SeelenStimmig'

Yoga & Stimme

RETREAT vom 5.-8.Juni

im Eco-Hotel SALTUS Südtirol



EINFACH SEIN

und erleben, wie du selbst
deine größte Kraftquelle wirst!

*"Es gibt nichts natürlicheres
als deinen Seelenausdruck.*

Mona Al Gaia



ERLEBE

RAUM FÜR DICH & DIE FRAGE

WAS WILL DEIN



WIRKLICH?

EIN LIEBENDES FELD

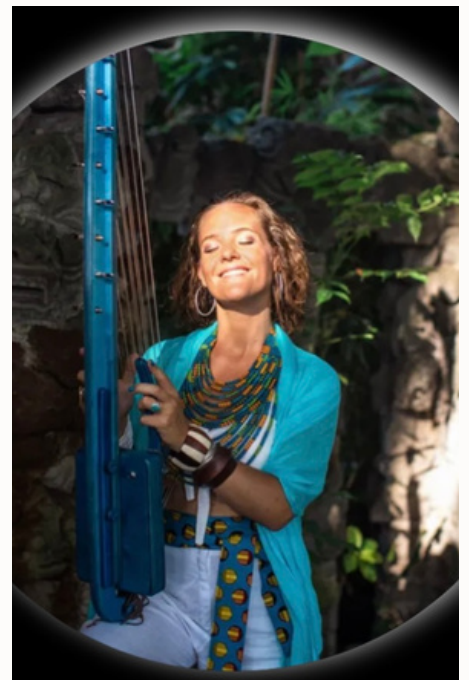
Komm wieder ganz bei dir selbst an. Fühle dich im Hier & Jetzt im Körper. Atme tief durch und entspanne bei sensitivem Yoga.

ERMÖGLICHT VERBINDUNG

Erfahre das kraftvolle Feld unter Frauen. Wie wir uns im freien Tanz & mit freier Stimme von Altem reinigen und neu Energie tanken.

EINGEBETTET IN HEILENDE KLÄNGE

Alles ist Schwingung. Entspanne zu den Klängen der Ngoni (afrik. Harfe) & Monas Stimme. Betrete einen Raum ohne Zeit. Einfach sein.



Unsere Liebesfähigkeit ist unsere STÄRKE.
Und sie beginnt mit bewusster
Selbstfürsorge & Selbstliebe.



Unser SeelenStimmig Raum:

1. TAG (Anreise)

- + 15.00 Uhr Anreise & Check In
- + 16.00-18.00 Uhr Yoga & Willkommens-Circle
- + 18.30 Uhr Dinner
- + 20.00-21.30 Uhr Entspannende Klangreise

2. TAG und 3. TAG

- + 7.30-9.30 Uhr Erfahrungsraum Yoga & Stimme
- + 9.30-10.45 Uhr Frühstück
- + 11.00-15.30 Uhr Me-Time:
SPA, Pool, Sauna, Wandern, Massagen
- + 15.30-18.30 Uhr Erfahrungsraum Yoga & Stimme
- + 19.00 Uhr Dinner & freie Abendgestaltung

4. TAG

- + 7.30-9.30 Uhr Yoga & Integrations-Circle +
Abschluss-Geschenk
- + 9.30-10.45 Uhr Frühstück
- + 11.00 Uhr Abreise





- Max. 11 Frauen für viel individuellen Raum
- Lichtdurchströmt
- Natur-umarmt
- seelenruhig
- keine Vorkenntnisse notwendig

- friedvoll zeitlose Räume
- aus Öko-Natur Elementen
- minimalistisch eingerichtet für das Wesentliche: DICH
- Obst & Wasser im Zimmer
- Forest SPA



Gesamtinvest

ab 1.052€*

inkl. Unterkunft,
Halbpension &
Forest SPA

*p.P. DZ in der Waldloggia (Bild)



elisaallgaier.com

Freischaffende Künstlerin |
Bewusstseinsforschende

Autorin
Intuitive Kunst & Tanz |
Yoga & Pilates Mentorin



monaalgaia.com

Diplomierte
Bühnenstellerin
Sängerin | Musikerin

Gründerin von
VoiceEvolution
Stimm-Medium |
Mentorin für
multidimensionales
Stimmbewusstsein der
Neuen Zeit