



LIGHT UP
YOUR
SPARK

Retreat

INFO@AERIAL-LOFT.DE



Hey!

Wie schön, dass du dich für unser Aerial Yoga Retreat interessierst. Wir haben uns etwas ganz zauberhaftes ausgedacht. Eine Mischung aus Urban Retreat und trotzdem verbunden mit den Elementen. Manchmal verlieren wir die Verbindung zu unserem inneren Feuer. Der Funke der uns antreibt, uns zum Leuchten bringt. Mit unserem Retreat wollen wir dich, an genau diesen Funken, erinnern und einen Raum schaffen, dich wieder damit zu verbinden. Denn der Funke ist in dir auch wenn du ihn vielleicht im Moment nicht wahrnehmen kannst. Egal ob du regelmäßig im Tuch abhängst oder noch nicht so oft im Tuch warst... du bist herzlich eingeladen die Tage mit uns zu verbringen.

Katja & Pia

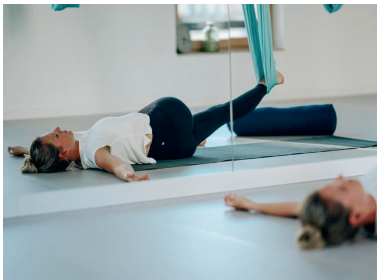
Dich erwartet ...

... ein Urban Retreat in der schönen Barockstadt Ludwigsburg, nördlich von Stuttgart gelegen. Beim Aerial Yoga stellst du dein Herz über deinen Kopf. Im Aerial Yin nährst du dich und deinen Körper. Beim Feuerritual lässt du das los was dir nicht mehr dienlich ist. Gemeinsam werden wir insgesamt vier Sessions im Tuch verbringen und ein gemeinsames Rahmenprogramm ohne Tuch wird das Retreat abrunden. Dazwischen bleibt Zeit die Seele baumeln zu lassen oder das schöne Ludwigsburg zu Erkunden.



AERIAL YOGA

In den zwei aktivierenden Aerial Yoga Sessions, fliegen wir gemeinsam, stellen unser Herz über den Kopf und wechseln auch mal ganz bewusst die Perspektive.



AERIAL YIN

In den zwei Aerial Yin Yoga Sessions kannst du alles loslassen und vollkommen bei dir ankommen. Hier verbinden wir die erdende Yin Praxis mit der Leichtigkeit des Tuches.



SONSTIGES

Neben einem Abend am Lagerfeuer haben wir uns noch ein paar Überraschungen überlegt um das Retreat noch runder und passender zu gestalten. Freu dich drauf ;-)

Mehr Infos zu den einzelnen Aerial Formaten findest du auf unserer Webseite:
<https://aerial-loft.de/body-and-mind/>



Die Location

DAS AERIAL LOFT

Alle Aerial und Yin Aerial Sessions sowie der Workshop am Samstag finden in unserem schönen hellen Studio, dem Aerial Loft statt. Super zentral gelegen bist du von hier aus schnell in der Stadt oder am Schloss.



Trust yourself.



Ausflug in die Weinberge



EIN ABEND AM LAGERFEUER

Den Freitagabend möchten wir mit dir am Lagerfeuer verbringen, in den Weinbergen beim Weingut Eisele. Dort werden wir gemeinsam essen und gemeinsam ein Feueritual machen. Anschließend lassen wir den Abend am Feuer ausklingen.

Release & let go...



<https://weingut-eisele.de>
Instagram: @weinguteisele

RETREAT ABLAUF

FREITAG 14.06.24

START 15:00

- Kennenlernen
- Aerial Yin Session
- Abend am Lagerfeuer

SAMSTAG 15.06.24

- Aerial Yoga Session
- Workshop Element Feuer
- Aerial Yin Session
- Abend zur freien Verfügung

SONNTAG 16.06.24

ENDE 14:00

- Aerial Yoga Session
- Gemeinsames Brunch und Ausklang

Dein Retreat Team



Katja unterrichtet dynamisches Vinyasa Yoga, Aerial und Yin Yoga. Sie ist seit 2014 Yogalehrerin und vermittelt mit Freude und Leichtigkeit ihr Wissen. Der Fokus auf den eigenen Körper, eine gesunde Ausrichtung und die eigene Wahrnehmung sind ihr dabei besonders wichtig.

Katja Tomaschek

Yogalehrerin & Bodyworkerin



Inhaberin, Studioleitung und das Gesicht vom Aerial Loft. Auch in Sachen Retreat ist sie deine erste Ansprechperson bei allen Fragen, Wünschen und Bedenken. Im Studio unterrichtet sie verschiedene Pole-Kurse, Aerial Hoop, Aerial Silks und Stretching.

Pia Eckenbrecht

Host & Inhaberin Aerial Loft

Du möchtest mit dabei sein?



IM PREIS ENTHALTEN

- 2 Aerial Yoga Sessions
- 2 Aerial Yin Sessions
- Abend am Lagerfeuer incl. Verpflegung
- Workshop zum Element Feuer
- Sonntags Brunch

365€

LIMITIERTE PLÄTZE


Wir freuen uns wenn wir dein Interesse geweckt haben. Bei Fragen melde dich gerne jederzeit bei uns oder sprich uns direkt an. Buchen kannst du einen der Limitierten Plätze per Mail an info@aerial-loft.de.

Bei der Buchung schicken wir dir gerne ein paar Hotелеmpfehlungen in der Nähe vom Studio, zum Teil mit reduzierten Raten. Deine Unterkunft buchst du selbstständig.

*Be the spark that
lights up your life.*

www.aerial-loft.de

info@aerial-loft.de



Know what spark
the light in you.
Then use that
light to illuminate
the world.

OPRAH WINFREY