



Feel Flow Fade®

Mehr als Ruhe im Kopf.

Der Gefühlscode ist die Rückverbindung zu deiner Essenz.

Was Dich erwartet

- ✓ Ein exklusives Hotel mit atemberaubendem Wellnessbereich
- ✓ tägl. Anusara® Inspired Yoga
- ✓ tägl. Meditation und Eintauchen in die Kraft von Feel Flow Fade®
- ✓ Luxus in entspannte Atmosphäre
- ✓ Austausch mit Gleichgesinnten



Der Gefühlscode -
endlich Ruhe im Kopf



FRÜHBUCHER - GUTSCHEIN
BIS 19.04
bei
Verlängerung

5 Nächte zum Preis von 4
incl. kl. Yoga-Paket

ab 1140 €

Buchung direkt im Tratterhof.

Infos zu Kathrin Rottmann: www.Friedens-Yoga-Akademie.com

Resilienz und innere Freiheit selbst gestalten



Resilienz wächst, wenn wir lernen, uns selbst in der Tiefe zu begegnen. Diese Woche im Tratterhof schenkt dir Raum, um in Feel Flow Fade® einzutauchen und die Praxis zu vertiefen. Mit vielen Übungen rund um Freude, bewusstes Genießen und Zufriedenheit erforschst du Weite im Körper. Der Feel Flow Fade® Prozess wird geübt und angewendet, begleitet von Anusara®-Inspired Yoga, das inneres und äußeres Weitwerden unterstützt. Mehr:dazu hier: feelflowfade.com

Das neu gestaltete Tratterhof Mountain Sky Hotel ist ein Ort, der Schönheit und Geborgenheit vereint. Die Großzügigkeit des Hauses, der weite Blick aus dem Yoga-Loft und die Sorgfalt in Küche und Service schaffen einen Rahmen, in dem Erholung tief sein darf. Die Wellnesslandschaft und die liebevoll gestalteten Zimmer unterstützen dabei, innere Ruhe zu finden, neue Wege zu sich selbst zu entdecken und die eigene Wirksamkeit wieder zu spüren. Ein Hotel, das nicht nur verwöhnt, sondern Raum schenkt – für eine Erfahrung, die bleibt.



Datum

18.-23.10.2026



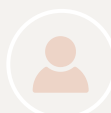
Ort

Tratterhof, Südtirol, Italien



Pakete

nur **Yoga** : 350,00 €
Frühbucherpreis bis 19.04.26: 300 €
nur Feel Flow Fade®: 270,00 €
Frühbucherpreis bis 19.04.26: 220 €
Yoga und Feel Flow Fade®: 550,00 €
Frühbucherpreis bis 19.04.26: 450 €
Übernachtungspreise:
DZ p. P. ab 936,- €
DZ zur Alleinnutzung ab Euro 840,00.



Dozentin

Kathrin Rottmann

Ablaufplan

So.: 21:00 – 22:00 Begrüßung an der Bar und E Einführung in das Wochenthema

Montag:
07:30 – 09:00 Asana und Meditation
11:00 – 12:30 Asana
12:45 – 14:15 Feel Flow Fade®

Dienstag:
08:00 – 09:00 Asana und Meditation
11:00 – 12:30 Feel Flow Fade®
16:30 – 18:00 Asana

Mittwoch:
07:30 – 09:00 Asana und Meditation
11:00 – 13:00 Feel Flow Fade®

Donnerstag:
08:00 – 09:00 Asana und Meditation
11:00 – 12:30 Feel Flow Fade®
12:45 – 14:15 Asana

Freitag:
07:30 – 09:00 Asana und Meditation
11:00 – 12:30 Feel Flow Fade®

Buchung direkt beim Tratterhof – Stichwort: „Yoga Retreat
Kathrin Rottmann“