



Namasté auf der Sonnenseite

Gut Sonnberghof Naturhotel lädt 2023 zu Yoga-Retreats - Entspannung im Einklang mit den Hohen Tauern

Gesund und glücklich: Wer eine achtsame Auszeit sucht, ist im Gut Sonnberghof Naturhotel in Mittersill im Salzburger Land an der richtigen Adresse. Seit diesem Jahr offeriert das familiengeführte Haus regelmäßig Events und Packages zu den Themen Yoga und Wellbeing. So findet von 30. März bis 2. April 2023 das Retreat „Zurück in die Natur. Zurück zu dir“ unter der Leitung des ausgebildeten Yoga-Coaches und Influencers Marcel Clementi statt, einen weiteren Termin mit ihm plant das Gut Sonnberghof Naturhotel von 19. bis 22. Oktober 2023. Auf dem Programm stehen dabei zwei Mal pro Tag Sessions diverser Stile wie Vinyasa Flow, Yin- und Power-Yoga, bei denen Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen Energie tanken. Neben dem neuen Yogasaal des Refugiums bildet die umliegende Landschaft der Hohen Tauern eine Bühne für die Asanas. Eine Yogastunde beispielsweise findet am Berg statt. Zu den Highlights zählt die Wanderung zu den Krimmler Wasserfällen mit Meditation sowie einem Vortrag zu Pranayama direkt an den Kaskaden. Während des Workshops „Die Kraft der traditionellen energetischen Heilkunst“ lernen Teilnehmende zudem von Gastgeberin Christine Riedlsberger, wie sie Naturkosmetik aus Kräutern herstellen. Allabendlich ergänzt ein Vier-Gang-Wahl-Menü das Angebot. Das Arrangement über drei Nächte kostet ab 776 Euro pro Person im Doppelzimmer inklusive Dreiviertelpension, Yoga- und Meditationsprogramm. Weitere Informationen finden sich unter www.sonnberghof.at/wohnen/urlaubspakete/yoga-mit-marcel-clementi.

Das Retreat fügt sich ideal in das Portfolio des Gut Sonnberghofs ein. Mit dem Konzept ihres Hotels mit angeschlossener Biolandwirtschaft stellt die Gastgeberfamilie Riedlsberger die Natur in den Mittelpunkt. Das zeigt sich auch im weitläufigen Aqua Marin Spa mit Innen- und Außenbecken inklusive Whirlpool, diversen Saunen sowie Behandlungsräumen. Die verwendeten Produkte wie Peelings und Massageöle sind größtenteils hausgemacht. Mit Kräutern aus dem eigenen Garten kreierte Christine Riedlsberger ihre Kosmetiklinie SONTIN.

Auch Yoga können Gäste im Rahmen des umfassenden Aktiv- und Erholungsprogramms vier Mal pro Woche praktizieren. Um dieses Angebot weiter auszubauen, plant das Naturhotel künftig jährlich zwei Retreats mit Clementi und anderen internationalen Yogalehrenden. Geprägt durch seine Ashtanga-Ausbildung in Indien, ist Clementi seit 2017 europaweit als Coach tätig. Sein Ziel ist es, Menschen zu einem glücklichen und gesunden Leben zu inspirieren.

Über das Gut Sonnberghof Naturhotel

Das familiengeführte Gut Sonnberghof Naturhotel befindet sich in Alleinlage bei Mittersill im Nationalpark Hohe Tauern. Auf einem Hochplateau zwischen Wiesen und Wäldern haben die Gastgeber Christine und Franz Riedlsberger ein Idyll erschaffen, bei dem sich die Natur wie ein roter Faden durch das Hotel mit angeschlossener Biolandwirtschaft zieht. Aufgeteilt auf mehrere unterirdisch verbundene Gebäude bieten die 59 Zimmer und Suiten einen idealen Rückzugsort. Genuss schreibt das Gut Sonnberghof Naturhotel groß. Die Dreiviertelpension ist im Zimmerpreis inkludiert. Dabei prägt der Bio-Bauernhof die Küche, denn von diesem stammen viele Zutaten wie Fleisch, Wurst und Milch. Für Entspannung sorgt das Aqua Marin Spa inklusive beheiztem Indoor- und Outdoorpool, diversen Saunen, Ruhe- sowie Behandlungsräumen sowie einem Schwimmbiotop mit Quellwasser. Mittersill befindet sich im Nationalpark Hohe Tauern, dem größten Naturschutzgebiet der Alpen und ist Winter wie Sommer idealer Ausgangspunkt für kulturelle und sportliche Aktivitäten.

München/Mittersill, 19. Januar 2023

Für weitere Informationen:

Julian Rossello / Victoria Kraft
STROMBERGER PR GmbH
Kistlerhofstraße 70, Haus 5, Gebäude 188
81379 München, Deutschland
T +49 89 18 94 878-79
rossello@strombergerpr.de
www.strombergerpr.de

Laura Kreidl
Gut Sonnberghof Naturhotel
Lämmerbichl 8
5730 Mittersill, Österreich
T +43 664 1287232
assistentz@sonnberghof.at
www.sonnberghof.at



Gut Sonnberghof
NATURHOTEL

