

LAURA MOSER YOGA

hello spring

YOGA RETREAT

15 - 19 APRIL 2026

DAS ROSSO

im Allgäu



hello spring DEIN YOGA RETREAT IM ALLGÄU

Die Blumen beginnen zu blühen, die Wiesen werden bunt – der Frühling ist da: Hello Spring! Gemeinsam mit der Natur genießen wir den Frühling im wunderschönen Rosso im Allgäu. Freu dich auf Yoga, ayurvedisches Essen, Kreativität, Gemeinschaft und Natur. Morgens starten wir mit einem dynamischen und kraftvollen Yoga-Flow, abends wird die Yoga-Einheit ruhig und entspannend. Dazwischen bleibt Zeit für dich, Zeit für Spaziergänge, Journaling, Austausch, den Badeteich oder die Sauna. Das Retreat findet in einer kleinen Gruppe von maximal zehn Personen statt. Ob allein oder gemeinsam mit deinem Liebblingsmenschen - du bist herzlich willkommen!



DIE UNTERKUNFT

Das Rosso liegt im Herzen des Allgäus, nahe Kempten, umgeben von Hügeln, Wiesen und Wäldern. Weite Landschaften, klare Luft und stille Wege machen diesen Ort zu einem idealen Rückzugsraum um zur Ruhe zu kommen, durchzuatmen und die Natur bewusst zu erleben.

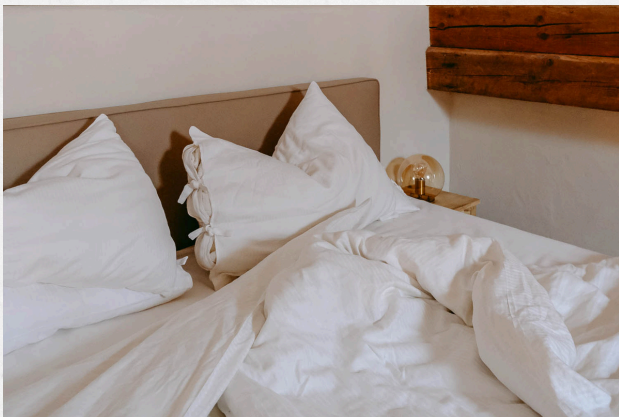
Das Rosso selbst ist ein liebevoll renovierter Bauernhof, der Klarheit, Wärme und Geborgenheit verbindet. Helle Räume, natürliche Materialien und eine ruhige Atmosphäre prägen das Haus. Ein großer Garten mit Sonnenterrasse und Kräutergarten sowie Sauna und Badeteich bieten Raum für Entspannung. Es gibt wunderschöne Räume für Gemeinschaft und Austausch sowie genügend Rückzugsorte um Zeit alleine zu genießen.



DIE ZIMMER

Die verschiedenen Bleiben im Rosso sind liebevoll gestaltet und bieten Einzel- und Doppelzimmer, teils mit geteilten Betten. Alle Zimmer verfügen über ein eigenes Badezimmer mit Dusche und WC, voll ausgestatteter Küche sowie Daybeds zum Entspannen. Einige Bleiben sind zusätzlich mit freistehenden Badewannen und Balkonen ausgestattet. Die Zimmer sind lichtdurchflutet und bieten einen weiten Blick ins Grüne. Natürliche Materialien und warme Farben schaffen eine ruhige, klare Atmosphäre.

Gib bei der Buchung gerne deine bevorzugte Zimmerwahl an.



DAS ESSEN

Ihr dürft euch auf Selinas Kochkünste freuen! Sie wird unsere Retreat-Köchin sein und während des gesamten Retreats ayurvedische Mahlzeiten zubereiten. Nach der morgendlichen Yoga-Praxis erwartet euch ein reichhaltiger Brunch, am Nachmittag ein leichter Snack und nach dem Abend-Yoga ein liebevoll zubereitetes Abendessen.



DEINE HOSTS



Für alle, die mich noch nicht kennen: Mein Name ist Laura und ich bin Yogalehrerin aus Mainz. Ich liebe es, Menschen durch Yoga miteinander und mit sich selbst zu verbinden.

Meine Yogastunden sind kreativ und ermutigen dich, Neues auszuprobieren und dich selbst besser kennenzulernen.

In diesem Retreat begleite ich dich sowohl durch kraftvolle und dynamische Flows als auch durch erdende und entspannende Yogaeinheiten.



Es gibt wundervolle Neuigkeiten:

Mira Reuter wird das Retreat als Co-Teacher unterstützen.

Mira ist Yogalehrerin aus Mainz und hat eine wundervolle Art zu unterrichten. In ihren Yoga Stunden lädt sie ein, ins Spüren zu kommen und macht Achtsamkeit, Verbundenheit und Tiefe erlebbar.

Freu dich auf Embodied Yin Yoga und auf eine Kakao Zeremonie mit ihr!

DER TAGESABLAUF

Unser Tag beginnt mit einem kraftvollen Yoga-Flow, gefolgt von einem leckeren und reichhaltigem Brunch. Anschließend hast du Zeit für Spaziergänge, Journaling und Entspannung. Vor der abendlichen Yoga-Einheit gibt es einen kleinen Snack. Wir schließen den Tag gemeinsam mit einem liebevoll zubereiteten Abendessen ab. Danach lassen wir den Abend ruhig ausklingen.

Die Zeit, zwischen Brunch und abendlichem Yoga, kannst du frei gestalten, gerne als Me-Time für dich selbst oder in der Gruppe. Optional gibt es kleine Impulse zu Kreativität, Journaling und Yoga.



PREISE, LEISTUNGEN & ANMELDUNG

PREISE

Doppelzimmer: 1.250€ pro Person
Einzelzimmer: 1.350€ pro Person

Early Bird (bis einschließlich 08.02.2026): -100€ pro Person
Bring-a-Friend (bei gemeinsamer Anmeldung): -50€ pro Person

Eine Kombination der beiden Rabattaktionen ist leider nicht möglich.



INKLUSIV-LEISTUNGEN

- 4 Übernachtungen im Rosso
- Sauna & Badeteich
- Ayurvedisches Essen (Brunch, Snack, Abendessen)
- Tägliche Yoga-Einheiten mit Laura & Mira
- Yoga-Equipment

EXKLUSIVE

- An- & Abreise

ANMELDUNG

Den Link zur Anmeldung findest du auf meiner Webseite:
www.lauramoseryoga.de



LAURA MOSER YOGA

Wenn du noch fragen hast, schreib mit gerne eine Mail an
hello@lauramoseryoga.de

oder melde dich via Instagram
[@laura.moser.yoga](https://www.instagram.com/laura.moser.yoga)

