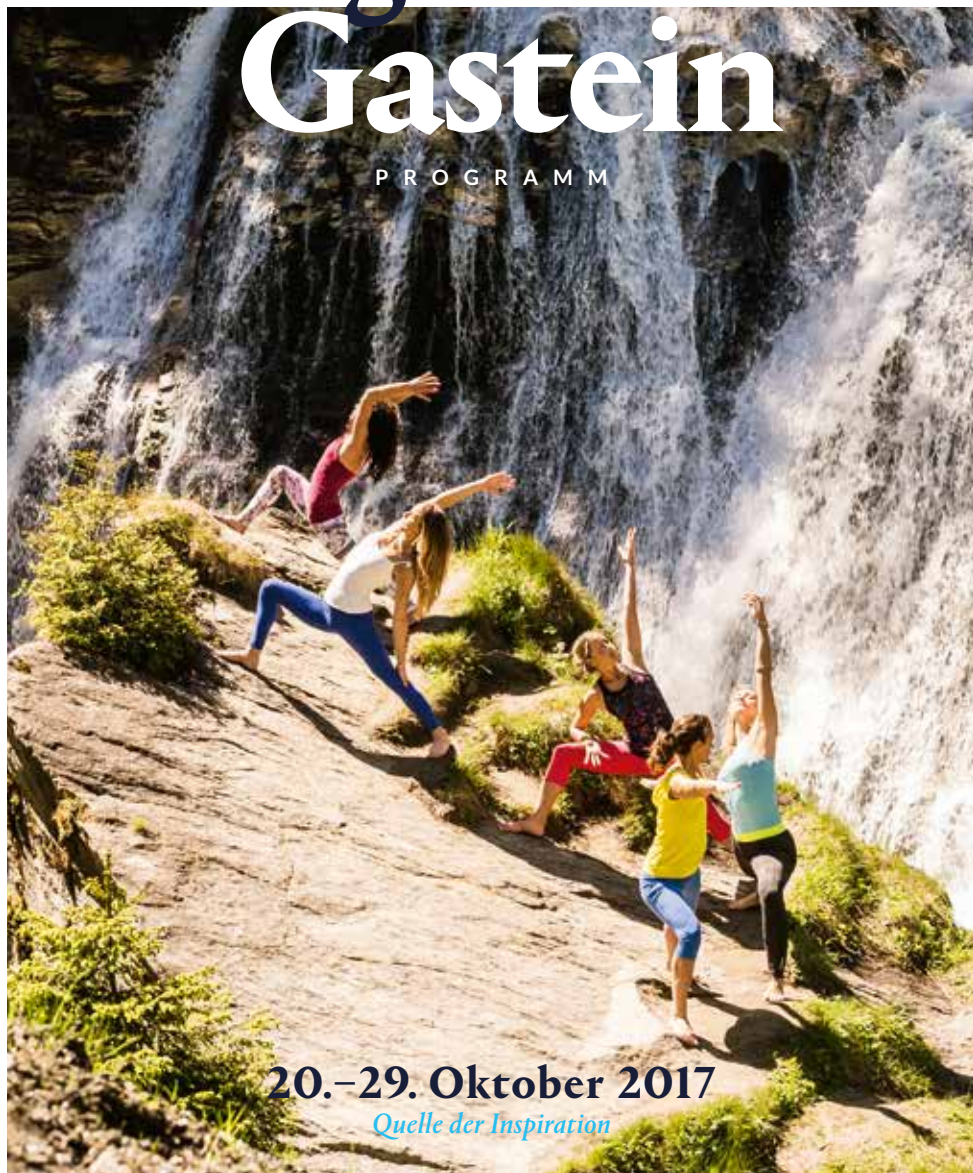


Yogaherbst Gastein

PROGRAMM



20.-29. Oktober 2017

Quelle der Inspiration

 **DORF
GASTEIN**

**HOF
GASTEIN**
Alpine Spa

**BAD
GASTEIN**


Namasté

bei YOGAHERBST Gastein

Quelle der Inspiration

Durchatmen, Kraft tanken und vom 20. bis 29. Oktober 2017 die Kraftspeicher für den Winter auffüllen.

„Yogaherbst Gastein – Quelle der Inspiration“ bietet folgende **Programmschwerpunkte**

YOGA

- SUP Yoga am neuen Thermalwasser Badesees der Alpenherbst Gastein
- Meditation & Entspannung im Gasteiner Heilstollen
- Hot Yoga in der Felsentherme Bad Gastein
- Yoga & Wandern | Breath Walk
- Aerial Yoga (Fliegendes Yoga)
- Anusara Yoga
- Gesundheitsyoga | Sessel-Yoga
- Hatha-Yoga für einen gesunden Rücken
- High Intensity Yoga
- Kinder- & Familienyoga
- Partneryoga (Yoga-for-Two)
- Vinyasa-Flow-Yoga & Faszientraining
- Yin-Yoga & praktische Akupressuranleitungen
- Yin-/Yang-Yoga & Yoga Nidra
- Yoga meets Pilates
- Yoga & Malen

TANZEN & KLANG

- Soul Motion®, Body Voicing (Singen & Körperarbeit)
- NIA & Conscious Dance (bewusster Tanz)
- Klangreisen & Klangtherapie
- Yoga & Singen
- Yoga & Freude am Trommeln

KRÄUTER & ERNÄHRUNG

- Alpenkräuter & TCM | Kraftsuppe kochen nach chinesischem Vorbild aus heimischen Alpenkräutern
- Alpenkräuter & Räuchern im Jahreskreis

NATUR & SPIRITUALITÄT

- Innere Einkehr und Meditationen am Berg
- Thermalwassermeditation in der Felsentherme Bad Gastein
- Yoga Walking entlang Dorfgasteiner Kraftplätze

DIALOG & INSPIRATION mit praktischen Übungen

- Impulsdialog Yoga & Nachhaltigkeit
- Resilienz & Selbstreflexion | „Meiner Widerstandskraft auf der Spur“

Yoga ist das größte Geschenk,
das man teilen kann

~ Kali Ray



So machen Sie mit!

Yoga-Pauschalen

Die Partnerhotels bieten während Yoga Herbst Gastein verschiedene Pauschalen an. Alle Partnerhotels sind auf den Seiten 36 und 37 aufgelistet. Detaillierte Informationen zu den Angeboten unter www.yoga-gastein.com und auf den Internetseiten der Hotels.

Gutscheine für Yogaeinheiten

Eine Yogaeinheit kostet 12 Euro

Tickets sind bei den Kur- und Tourismusverbänden Bad Gastein, Bad Hofgastein und Dorfgastein erhältlich.

Yogaeinheiten sind mit Levels gekennzeichnet: A = Yoga für alle Level, F = Yoga für Fortgeschrittene

Gutscheine für Kurse

an öffentlichen Plätzen und im Freien

Bis zu neun Einheiten täglich werden während Yoga Herbst Gastein an öffentlichen Plätzen angeboten.

Tickets sind bei den Kur- und Tourismusverbänden Bad Gastein, Bad Hofgastein und Dorfgastein erhältlich.

Mitmachen

Sie können unabhängig davon, in welchem Beherbergungsbetrieb Sie Ihren Urlaub verbringen, an den Yogatagen teilnehmen und das attraktive Angebot nutzen.

Gutscheine für Kurse in Hotels

Die im Rahmen von Yoga Herbst Gastein angebotenen Stunden in Hotels stehen auch Gästen zur Verfügung, die nicht in diesen Hotels wohnen.

Tickets für Hoteleinheiten sind an den jeweiligen Hotelrezeptionen erhältlich.

Achtung: Rechtzeitig anmelden, da Hotelgäste Fixplätze haben und die freien Plätze manchmal ausgebucht sind.

Buchung & Information

Kur- & Tourismusverband Bad Gastein	+43 6432 3393 534
Kur- & Tourismusverband Bad Hofgastein	+43 6432 3393 225
Tourismusverband Dorfgastein	+43 6432 3393 460

Aktuelle Updates und weitere Details: yoga@gastein.com | www.yoga-gastein.com

Yogalehrende und Vortragende



Marianne Bauer

Hatha-Yoga, Yoga sanft, Yin-Yoga, Nuad
www.yoga-nuad.com



Dr. Damara Berger

Yoga-Fusion, orientiert an Ashtanga-Yoga & Vinyasa Flow
www.yogazone.at



Dr. Barbara Berling

Phytotherapie, TCM (Traditionelle Chinesische Medizin),
natürliche Heilmittel in der täglichen Praxis
www.lealin.de



Birgit Brandstetter

Hatha-Yoga, Yoga Nidra, Yin-Yoga, High Intensity Yoga®,
Vinyasa-Flow- & Hot Yoga
www.amazing-yoga.at



Daniela Ekl

Moksha Yoga, Prä- & Postnatales Yoga, Hot Yoga
www.lcl.co.at/yoga



Jochen Enderle & Ulrike Schülke

Klangreise, Klangmeditation & Klangtherapie



Mag. Petra Janata

Hatha-Yoga, Vinyasa-Flow-Yoga, Gesundheitsyoga
www.amazing-yoga.at



Johma - Sangeeta (Johanna Magdalena Haslinger)

Kundalini Yoga, BreathWalk, Klang & Entspannung,
intuitiver Gesang, Tönen & Mantra Singen
www.johma.at



Sandra König

Power Yoga, Yin-Yoga, Yoga für Firmen
www.eatmovebreathe.at



Anke Kranabetter

Hatha-Yoga, Pilates, Meditation
www.yogagastein.at



Mag. Udesha Andrea Kubesch

Yoga & Meditation, Svastha Yogatherapie, Awareness Yoga,
Yogini Yoga
www.spiritofyoga.at | www.spiritofyogini.at



Sibylle Lainer

Viniyoga, Hatha-Yoga, Meditation, Entspannung, Zen
www.yogastudio-gastein.at



Verena Lainer

Hatha- & Flowyoga, Meditation, Pranayama



Daniela Lang

Traditionelle Europäische Heilkunde (TEH), Räucherkunde,
Herstellung von Naturseifen



Anna Kathalina Langer

Vinyasa-Flow-Yoga, Yin-Yoga, Jivamukti- & Anusara-Yoga,
SUP Board Yoga, Prana Flow
www.annakathalina.com



Malu Magics

Aerial (fliegendes) Yoga, Vinyasa-Flow-Yoga, SUP Board Yoga,
Detox-Yoga
www.malumagicsyoga.com



Gundi Mayrhofer

Trainerin, Coach, Resilienz / Widerstandskraft



Regina Matsch

Nia™ - Body, Mind & Soul Dance Fitness,
Feldenkrais & Alexandertechnik, Stretch & Relax
www.reginabewegt.com



Alexandra Meraner

Yoga & Gesundheit, Hatha-Yoga, Ayur-Yogatherapie
www.yogartista.com

Klara Michel

Yoga.Coaching.Healing; Yoga nach den Prinzipien



der Spiraldynamik®
www.klaramichel.com



Karin Perkmann
Detox-, Hatha-, Accessible- und Herz-Yoga
www.amazing-yoga.at



Christine Ranzinger
Yin-Yoga, Luna Yoga®, Yoga Nidra, Yang-Yoga
www.yogashakti.de



Karin Ratte
Iyengar-Yoga, WorkOut-Yoga, Vinyasa-Yoga-Flow,
Therapeutisches Yoga, Dynamisches Hatha-Yoga, Meditation,
Pilates Mattentraining nach der Stott Pilates Methode
www.yoga-rat.de



Martin von Rütte
Soul Motion® bewusste Tanzpraxis, Conscious Dance,
Vier-Muskel-Training, BodyVoicing durch Singen & Körperarbeit
www.martinvoice.com | www.soulmotion.ch



Mag. Julia Schweiger
Kinder- & Familienyoga, Partnernyoga, Yin Yoga, Nuad
www.yogaju.at



Alfred Silbergasser
Wasser-, 5-Elemente- und Naturmeditationen an Kraftplätzen,
Wildnispädagogik und Wanderungen
www.naturmensch.at



Annette Söhnlein
Hatha- und Anusara-Yoga, Yoga für Leistungssportler, Chakren-
und Hormonyoga
www.annetesoenlein.com



Mag. art. Christoph Weiermayer
Malen & Design



Sandra Winkens
Vinyasa Flow & Meditation, Jivamukti- und
Kundalini-Yoga, Ayurveda
www.sandrawinkens.com

Programm

Freitag, 20. Oktober 2017

Zeit	Titel der Veranstaltung	Ort	LehrerIn
19:30-21:30	Opening Yogaherbst Gastein „Yoga zum Mitmachen“ - verschiedenste Yogastile und Yogalehrende kennen lernen Ausklang mit geführter Klangreise Eintritt frei!	Kongresszentrum Bad Hofgastein	zahlreiche Yogalehrende

Samstag, 21. Oktober 2017

07:30-09:00	Einatmen, Ausatmen, Gehen - Mit BreathWalk in den Tag starten (A) Treffpunkt: 07:15 Uhr TVB Bad Hofgastein (bei jedem Wetter)	Kurpark Bad Hofgastein	Johma
07:45-09:15	Vinyasa Flow & Meditation (A)	Alpine Spa Hotel Haus Hirt	Sandra Winkens
08:00-09:00	Vinyasa Detox Flow Yoga (A)	Design Hotel Das.Goldberg	Malu
08:00-09:00	Sanftes Yoga zum Ausprobieren (A)	Der Salzburgerhof	Sibylle Lainer
08:00-09:00	Sanfter Morgen-Flow (A)	Hotel Österreichischer Hof	Anna Kathalina Langer
08:00-09:30	Kraft in unserer Körpermitte (A)	Impuls Hotel Tirol	Alexandra Meraner
08:30-10:00	Moksha-Yoga mit Kraft & Balance in den Tag (A)	Hotel Alpenblick	Daniela Ekl
08:30-10:00	Schultern & Nacken von Überbelastungen befreien (A)	Das Alpenhaus Gasteinertal	Udesha Andrea Kubesch
09:15-10:45	Yin & Yang Yoga - Ruhige Yoga- & Achtsamkeitspraxis (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Julia Schweiger
09:00-10:30	Sessel-Yoga – für Rücken, Schultern, Nacken (A)	Johannesbad Hotel Palace	Karin Perkmann
11:00-12:30	Kundalini Yoga (A) Treffpunkt: 10:50 Uhr Kassa Alpentherme	Alpentherme Bad Hofgastein	Johma
13:00-14:30	Hot Yoga (A) Treffpunkt: 12:45 Uhr Kassa Felsentherme <i>Sie brauchen: Handtuch, Flip Flops, sportliche Kleidung</i>	Felsentherme Bad Gastein	Daniela Ekl
14:00-15:30	Aerial Yoga (A)	Hotel Miramonte	Malu
15:00-16:00	Yoga für Kinder und Eltern (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Julia Schweiger
16:30-18:00	Sanftes Hatha-Yoga 50+ (A)	Verwöhnhotel Bismarck	Karin Ratte
16:30-18:00	Gentle Flow: Sanft in den Abend gleiten (A-F)	Hotel und Kurhaus Villa Excelsior	Daniela Ekl
16:30-18:00	Therapeutisches Yoga: „Ich liebe meinen Rücken“	Das Alpenhaus Gasteinertal	Udesha Andrea Kubesch
16:30-18:00	Hatha-Yoga für einen gesunden Rücken (A)	Hotel Völserhof	Verena Lainer
17:00-18:00	Yin Yoga gegen Rückenschmerzen (A)	Hotel Norica Therme	Anna Kathalina Langer
17:00-18:00	Yin Yoga: Ruhige Yoga- & Achtsamkeitspraxis (A)	Hotel Astoria Garden	Julia Schweiger
17:00-18:00	Candle Light Yoga - Vom Sehen zum Spüren (A)	Hotel Klammer's Kärnten	Karin Perkmann
17:00-18:30	Angenehme Abendruhe mit Gesundheitsyoga (A)	Impuls Hotel Tirol	Alexandra Meraner
17:00-18:30	Aerial Yoga (A)	Design Hotel Das.Goldberg	Malu

Samstag, 21. Oktober 2017

Zeit	Titel der Veranstaltung	Ort	LehrerIn
17:00-18:30	Räuchern im Jahreskreis Kleine Räucherkunde und Räuchermischungen selbst zusammenstellen <i>Yogaherbstticket + Materialbeitrag 5 Euro</i>	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Daniela Lang
17:30-19:00	Vinyasa Flow- & Kundalini Yoga (A)	Alpine Spa Hotel Haus Hirt	Sandra Winkens
19:00-20:30	Meditatives Loslassen, sanfte Flows mit Live-Musik (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Johma & Anna Kathalina Langer

Sonntag, 22. Oktober 2017

07:30-09:00	Kundalini Yoga (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Johma
07:45-09:15	Yoga für die Klarheit Fokus: Drehungen (A)	Alpine Spa Hotel Haus Hirt	Annette Söhnlein
08:00-09:00	Hatha-Yoga für AnfängerInnen (A)	Der Salzburgerhof	Sibylle Lainer
08:00-09:00	Vinyasa Yoga - Mit dem Atem fließen (A)	Design Hotel Das.Goldberg	Malu
08:00-09:00	Yoga für Kletterer - Warm Up & Cool Down (A)	Hotel Österreichischer Hof	Anna Kathalina Langer
08:00-09:30	Mit Yoga den Körper winterfit machen (A)	Impuls Hotel Tirol	Alexandra Meraner
08:30-09:30	Yoga für den Rücken(A)	Cesta Grand Hotel	Verena Lainer
08:30-10:00	Atem & Bewegung in einem gemeinsamen Flow (A)	Das Alpenhaus Gasteinertal	Udesha Andrea Kubesch
08:30-10:00	Moksha-Yoga mit Kraft & Balance in den Tag (A)	Hotel Alpenblick	Daniela Ekl
08:40-09:40	Sessel-Yoga - Ausgleich für sitzende Tätigkeiten (A)	Hotel Klammer's Kärnten	Karin Perkmann
09:00-10:30	Partner-Yoga - Yoga for Two (A) <i>(bei Schlechtwetter Grand Hotel de l'Europe Bad Gastein)</i>	Yoga Plattform Bad Gastein (Schönwetter)	Julia Schweiger
10:30-13:15	Innere Einkehr und Meditationen entlang der einzigartigen Kraftplätze am Berg (A) Treffpunkt: 10:15 Uhr Talstation Fulseckbahn Seilbahnticket extra Anmeldung TVB Dorfgastein Tel: +43/6432/3393 412 <i>Sie brauchen: Sportschuhe, Wasserflasche, Regenschutz</i>	Fulseck Dorfgastein	Anke Kranabetter
14:00-15:00	Yoga für Kinder und Eltern (A)	Wiener Saal Grand Hotel de l'Europe Bad Gastein	Julia Schweiger
14:00-15:30	Aerial Yoga (A)	Hotel Miramonte	Malu
15:00-16:00	Klangreise „Farben des Herbstes“ (A)	Hotel Astoria Garden	Ulrike Schülke & Jochen Enderle
15:00-16:30	Yoga Walking (A) Treffpunkt: 14:45 Uhr Gemeindeamt Dorfgastein (Dorfstr. 35) Anmeldung TVB Dorfgastein Tel: +43 6432 3393 412 <i>(leichte Sportschuhe - ebener Weg, kein Höhenunterschied)</i>	entlang der „Alten Straße“ in Dorfgastein	Anke Kranabetter
15:00-16:30	Tanz Soul Motion® (A)	Impuls Hotel Tirol	Martin von Rütte
16:30-18:00	Yoga zur Verbesserung der Haltung (A)	Verwöhhotel Bismarck	Karin Ratte
16:30-18:00	Yoga für gesunde, mobile Gelenke (A)	Johannesbad Hotel Palace	Karin Perkmann

Fortsetzung auf nächster Seite

Sonntag, 22. Oktober 2017

Zeit	Titel der Veranstaltung	Ort	LehrerIn
16:30-18:00	Yoga aus der kraftvollen inneren Mitte (A)	Hotel Völserhof	Udesha Andrea Kubesch
16:30-18:00	Mantra-Singen mit Live-Musik (A)	Das Alpenhaus Gasteinertal	Johma
16:30-18:00	Gentle Flow: Sanft in den Abend gleiten (A-F)	Hotel und Kurhaus Villa Excelsior	Daniela Ekl
17:00-18:00	Yin Yoga nach dem Wandern (A)	Hotel Norica Therme	Anna Kathalina Langer
17:00-18:00	Tiefe Atmung – gesunder Rücken (A)	Hotel Astoria Garden	Verena Lainer
17:00-18:30	Yoga für mehr Lebensfreude (A)	Impuls Hotel Tirol	Alexandra Meraner
17:00-18:30	Aerial Yoga (A)	Design Hotel Das.Goldberg	Malu
17:00-18:30	BodyVoicing - Gib dem Körper eine Stimme (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Martin von Rütte
17:30-19:00	Yoga für die Stabilität Fokus: Standhaltungen & hüftöffnende Asanas (A)	Alpine Spa Hotel Haus Hirt	Annette Söhnlein
19:00-20:30	Bewusster Tanz (Conscious Dance) inspiriert durch 5 Rhythmen (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Martin von Rütte
20:00-21:00	Klangreise „Der Bergkristall“ (A)	Hotel Völserhof	Ulrike Schülke & Jochen Enderle



Sie sind auf der Suche nach Yoga-Accessoires?

Matten, Blöcke, Taschen, Kissen, lustige Yogakarten uvm.

erhältlich
im Kur- & Tourismusverband
Bad Hofgastein.



Montag, 23. Oktober 2017

Zeit	Titel der Veranstaltung	Ort	LehrerIn
07:30-09:00	Vier-Muskeltraining: Meditation, Körperarbeit, Klingen in den Tag (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Martin von Rütte
07:45-09:15	Energetisierende Asanas (A)	Alpine Spa Hotel Haus Hirt	Annette Söhnlein
08:00-09:00	Radiant Heart - Herzöffnender Flow (A)	Hotel Österreichischer Hof	Anna Kathalina Langer
08:00-09:00	Vinyasa Flow Yoga (A)	Design Hotel Das.Goldberg	Malu
08:00-09:30	Erkältungen trotzen mit Yoga (A)	Impuls Hotel Tirol	Alexandra Meraner
08:00-09:30	Yoga nach den Prinzipien der Spiraldynamik®: Einführung (A)	Hotel Miramonte	Klara Michel
08:30-09:30	Kundalini Yoga zum Kennenlernen (A)	Der Salzburgerhof	Johma
08:30-10:00	Relax your back: Poweryoga für den Rücken (A)	Das Alpenhaus Gasteinertal	Sandra König
08:45-10:00	Hot Yoga (A) Treffpunkt 08:30 Uhr Kassa Felsentherme <i>Sie brauchen: Handtuch, Flip Flops, sportliche Kleidung</i>	Felsentherme Bad Gastein	Daniela Ekl
11:00-12:30	Relax. Restore. Repower: Loslassen & Krafttanken (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Sandra König
14:00-15:30	Aerial Yoga (A)	Hotel Miramonte	Malu
15:00-16:30	Tanz Soul Motion® (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Martin von Rütte
16:30-18:00	Yin Yoga & Meditation Fokus: Blasen & Nieren (A)	Hotel Miramonte	Klara Michel
16:30-18:00	Gentle Flow: Sanft in den Abend gleiten (A-F)	Hotel und Kurhaus Villa Excelsior	Daniela Ekl
16:30-18:00	Kundalini Yoga (A)	Das Alpenhaus Gasteinertal	Johma
16:30-18:00	Awareness Yoga - Achtsame Bewegung (A)	Hotel Völserhof	Udesha Andrea Kubesch
16:30-18:00	Hatha-Yoga für Rücken, Nacken, Schultern (A)	Verwöhhotel Bismarck	Karin Ratte
16:30-18:00	Starke Schultern - freier Nacken (A)	Impuls Hotel Tirol	Alexandra Meraner
17:00-18:00	Yin Yoga für mehr Gelassenheit (A)	Hotel Norica Therme	Anna Kathalina Langer
17:00-18:00	Hatha-Yoga für mehr Beweglichkeit (A)	Hotel Astoria Garden	Anke Frese
17:00-18:00	Klangreise „Achtsamkeit“ (A)	Hotel Klammer's Kärnten	Ulrike Schülke & Jochen Enderle
17:00-18:30	Aerial Yoga (A)	Design Hotel Das.Goldberg	Malu
17:30-19:00	Hüftöffnende Asanas & Drehungen (A)	Alpine Spa Hotel Haus Hirt	Annette Söhnlein
18:00-19:30	Thermalwassermeditation Treffpunkt: 18:00 Uhr Kassa Felsentherme <i>Sie brauchen: Badkleidung und Handtuch</i> <i>(Thermeneintritt von 18:00 - 19:30 Uhr kostenlos. Teilnehmer können danach gerne die Therme nützen - ab 18:00 Uhr vergünstigter Abendeintritt)</i> Die Meditation findet im ca. 34°C warmen Thermalwasser statt.	Felsentherme Bad Gastein	Alfred Silbergasser
19:30-22:00	BodyVoicing durch Singen & Körperarbeit (A)	Impuls Hotel Tirol	Martin von Rütte
19:45-20:45	Yoga für den „glücklichen“ Rücken im Alltag (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Udesha Andrea Kubesch
20:00-21:00	Yoga und praktische Akupressuranleitung (A)	Hotel Österreichischer Hof	Anna Kathalina Langer & Dr. med. Barbara Berling
20:00-21:00	Klangreise „Quelle der Inspiration“ (A)	Johannesbad Hotel Palace	Ulrike Schülke & Jochen Enderle

Dienstag, 24. Oktober 2017

Zeit	Titel der Veranstaltung	Ort	LehrerIn
07:30-08:30	BodyVoicing - Meditation, Stimme, Tanz (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Martin von Rütte
07:45-09:15	Asanas & Twists für eine starke Mitte (A)	Alpine Spa Hotel Haus Hirt	Annette Söhnlein
08:00-09:00	Aufwecken & Strecken (A)	Hotel Österreichischer Hof	Anna Kathalina Langer
08:00-09:00	Vinyasa Flow Yoga - Atem & Bewegung verbinden (A)	Design Hotel Das.Goldberg	Malu
08:00-09:30	Das Immunsystem mit Yoga stärken (A)	Impuls Hotel Tirol	Alexandra Meraner
08:00-09:30	Yoga nach den Prinzipien der Spiraldynamik®, Vorbeugen (A)	Hotel Miramonte	Klara Michel
08:30-09:30	Freie Schultern & ein gelöster Nacken (A)	Der Salzburgerhof	Udesha Andrea Kubesch
08:30-09:30	Moksha-Yoga mit Kraft & Balance in den Tag (A)	Cesta Grand Hotel	Daniela Ekl
08:30-10:00	Der Sonne entgegen: Im Sonnenflow (A)	Das Alpenhaus Gasteinertal	Sandra König
08:30-09:30	Frisch in den Tag - Atmen, Tönen (A) Treffpunkt: 08:15 Uhr TVB Bad Gastein kurzer Fußweg, feste Sportschuhe	am Bad Gasteiner Wasserfall	Johma
08:40-09:40	Fit mit Sessel-Yoga (A)	Hotel Klammer's Kärnten	Karin Perkmann
10:00-11:30	TANZ Soul Motion® (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Martin von Rütte
13:00-14:30	Atmen, Tönen, Singen (A)	Kapelle in Villa Excelsior, Reitlstr. 20, Bad Gastein	Daniela Ekl
14:00-15:30	Aerial Yoga (A)	Hotel Miramonte	Malu
15:00-16:30	Kreativwerkstatt - Intuitives Malen mit Acryl	Impuls Hotel Tirol	Christoph Weiermayer
16:30-18:00	Gentle Flow, Twists, Detox (A)	Hotel Miramonte	Klara Michel
16:30-18:00	Gentle Flow: Sanft in den Abend gleiten (A-F)	Hotel und Kurhaus Villa Excelsior	Daniela Ekl
16:30-18:00	Candle Light Yoga - Sanfte Stärkung des Immunsystems (A)	Johannesbad Hotel Palace	Karin Perkmann
16:30-18:00	Meditatives Yoga mit Musik (A)	Hotel Völserhof	Udesha Andrea Kubesch
16:30-18:00	Yoga meets Pilates (A)	Verwöhhotel Bismarck	Karin Ratte
16:30-18:00	Kundalini Yoga (A)	Das Alpenhaus Gasteinertal	Johma
16:30-19:00	Meditation & Entspannung Treffpunkt: 16:30 Uhr Heilstollen (Euro 26,30) <i>Bademantel, Badebekleidung und kleines Handtuch mitbringen</i> <i>Anmeldung bis MO 23.10.2017 unter +43 6434 3753 0</i>	Gasteiner Heilstollen	Anke Kranabetter
17:00-18:00	Mit Yin Yoga zur Ruhe kommen (A)	Hotel Norica Therme	Anna Kathalina Langer
17:00-18:00	Hatha-Yoga Fokus: Rücken (A)	Hotel Astoria Garden	Verana Lainer
17:00-18:30	Therapeutische Yogastunde für den ganzen Körper (A)	Impuls Hotel Tirol	Alexandra Meraner
17:00-18:30	Klangreise „Farben des Herbstes“ (A)	Design Hotel Das.Goldberg	Ulrike Schülke & Jochen Enderle
17:30-19:00	Yoga für das Selbstbewusstsein Fokus: Starke Mitte & Umkehrhaltungen (A)	Alpine Spa Hotel Haus Hirt	Annette Söhnlein
19:30-20:30	detox.retox: Entgiften und zur Ruhe kommen (A - F)	Wiener Saal im Grand Hotel de l'Europe Bad Gastein	Sandra König
20:00-21:00	Klangreise „Quelle der Inspiration“	Cesta Grand Hotel	Ulrike Schülke & Jochen Enderle

Mittwoch, 25. Oktober 2017

Zeit	Titel der Veranstaltung	Ort	LehrerIn
07:45-09:15	Yoga aus dem Herzen Sanfte Rückbeugen (A)	Alpine Spa Hotel Haus Hirt	Annette Söhnlein
08:00-09:00	Stabil durch den Tag mit Balanceübungen (A)	Hotel Österreichischer Hof	Anna Kathalina Langer
08:00-09:30	Energievoller Start in den Tag (A)	Impuls Hotel Tirol	Alexandra Meraner
08:30-09:30	Antistress-Yoga (A)	Der Salzburgerhof	Marianne Bauer
08:30-09:30	Moksha-Yoga mit Kraft & Balance in den Tag (A)	Cesta Grand Hotel	Daniela Ekl
08:30-09:30	SUP Board Yoga (A) <i>(Boards vorhanden; Achtung begrenzte Teilnehmerzahl)</i> Anmeldung: TVB Bad Hofgastein Treffpunkt: 08:15 Uhr Kassa Alpentherme	Thermalwasser Badesees der Alpentherme Gastein	Malu
08:30-10:00	Yin Young Yoga: entspannen für Körper und Geist (A)	Das Alpenhaus Gasteinertal	Sandra König
09:00-10:30	Rücken, Schultern, Nacken - frei und entspannt (A)	Johannesbad Hotel Palace	Karin Perkmann
09:00-10:30	Yoga nach den Prinzipien der Spiraldynamik: Fuß & Fundament (A)	Hotel Miramonte	Klara Michel
10:00-11:00	Yogini Yoga - Quelle der Lebensenergie im Becken (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Udesha Andrea Kubesch
11:00-12:00	Aerial Yoga (A)	Design Hotel Das.Goldberg	Malu
11:00-12:30	Bewegt durch den Tag - Breath Walk (A) Treffpunkt: 10:45 Uhr TVB Bad Gastein	TVB Bad Gastein	Johma
12:00-13:00	Stress lass nach - Yoga kann's (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Karin Perkmann
13:00-15:00	Alpenkräuter & Atmen Heimische Wildkräuter entdecken und Atemübungen in der freien Natur erleben Treffpunkt: 12:45 Uhr TVB Bad Gastein	Alpengarten Naturladen Bad Gastein Findet bei jedem Wetter statt!	Dr. med. Barbara Berling (Kräuter) & Christine Ranzinger (Yoga)
14:00-15:30	Aerial Yoga (A)	Hotel Miramonte	Malu
15:00-16:30	Sun Set Yogaflow (A) Treffpunkt: 14:30 Uhr TVB Bad Hofgastein <i>(bei schlechtem Wetter: Kongresszentrum Bad Hofgastein)</i>	Kurpark Bad Hofgastein (bei Schönwetter)	Sandra König
16:30-18:00	Yoga zur Muskelkräftigung & Flexibilität (A)	Verwöhnhotel Bismarck	Karin Ratte
16:30-18:00	Ruhiges Yin Yoga mit Achtsamkeitspraxis (A)	Hotel Völserhof	Marianne Bauer
16:30-18:00	Kundalini Yoga (A)	Das Alpenhaus Gasteinertal	Johma
16:30-18:00	Gentle Flow, Rückbeugen, Open Heart (A)	Hotel Miramonte	Klara Michel
16:30-18:00	Gentle Flow: Sanft in den Abend gleiten (A-F)	Hotel und Kurhaus Villa Excelsior	Daniela Ekl
17:00-18:00	Hatha-Yoga Fokus: Hüfte & Beine (A)	Hotel Astoria Garden	Anke Frese
17:00-18:00	Candle Light Yoga - Aufmerksamkeit vom Außen ins Innen ziehen (A)	Hotel Klammer's Kärnten	Karin Perkmann
17:00-18:00	Klangreise „Achtsamkeit“ (A)	Der Salzburgerhof	Ulrike Schülke & Jochen Enderle
17:00-18:00	NIA (bewusstes Tanzen) (A)	Hotel Norica Terme	Regina Matsch
17:00-18:30	Yogaflows ruhig & kräftigend (A)	Design Hotel Das.Goldberg	Damara Berger
17:00-18:30	Anti-Stress-Yoga (A)	Impuls Hotel Tirol	Christine Ranzinger
17:30-19:00	Yoga für das Mitgefühl Fokus: Rückbeugen (A-F)	Alpine Spa Hotel Haus Hirt	Annette Söhnlein
18:30-19:30	NIA (Freude an der Bewegung + 5 stages) (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Regina Matsch
19:00-20:00	Yoga Basics (A) Klinikum mit der Buslinie 550 erreichbar	Klinikum, Hans Kudlich-Str. 14, Bad Gastein	Daniela Ekl
20:15-21:15	Klangreise „Fluss des Lebens“ (A)	Wiener Saal, Grand Hotel de l' Europe	Ulrike Schülke & Jochen Enderle

Donnerstag, 26. Oktober 2017

Zeit	Titel der Veranstaltung	Ort	LehrerIn
07:45-09:15	Yoga der Kommunikation (A)	Alpine Spa Hotel Haus Hirt	Annette Söhnlein
08:00-09:00	NIA (freies Becken, gesunde Mitte) (A)	Hotel Österreichischer Hof	Regina Matsch
08:00-09:00	Yoga Stehpositionen (A)	Design Hotel Das.Goldberg	Damara Berger
08:00-09:30	Yoga nach den Prinzipien der Spiraldynamik: Fuß & Fundament (A)	Hotel Miramonte	Klara Michel
08:00-09:30	Sanftes Yoga für mehr Beweglichkeit (A)	Impuls Hotel Tirol	Christine Ranzinger
08:30-09:30	Yoga und der Atem (A)	Der Salzburgerhof	Marianne Bauer
08:30-09:30	Guten-Morgen Yoga: strecken, dehnen, aktivieren (A)	Hotel und Kurhaus Villa Excelsior	Birgit Brandstetter
08:30-09:30	SUP Board Yoga (A) <i>(Boards vorhanden; Achtung begrenzte Teilnehmerzahl)</i> Anmeldung: TVB Bad Hofgastein Treffpunkt: 08:15 Uhr Kassa Alpentherme	Thermalwasser Badeseen der Alpentherme Gastein	Malu
08:30-10:00	detox.retox: Entgiften und zur Ruhe kommen (A)	Das Alpenhaus Gasteinertal	Sandra König
08:40-09:40	Stress lass' nach - Yoga kann's (A)	Hotel Klammer's Kärnten	Karin Perkmann
10:00-11:30	Alpenkräuter & TCM Kräuterworkshop	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Dr. med. Barbara Berling
12:00-13:00	Anti Stress Yoga mit allen Sinnen (A) Treffpunkt: 11:45 Uhr TVB Bad Gastein <i>(bei Schlechtwetter im Grand Hotel de l'Europe Bad Gastein)</i>	Yoga Plattform Bad Gastein (bei Schönwetter)	Christine Ranzinger
13:00-14:00	Sessel-Yoga kräftigt und entspannt (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Karin Perkmann

Fortsetzung auf nächster Seite



Donnerstag, 26. Oktober 2017

Zeit	Titel der Veranstaltung	Ort	LehrerIn
14:00-15:30	Aerial Yoga (A)	Hotel Miramonte	Malu
14:00-15:30	Moksha-Yoga mit Kraft & Balance in den Tag (A)	Cesta Grand Hotel	Daniela Ekl
14:00-16:00	Inneres Feuer und Immunsystem stärken Fokus Körpermitte 3. Chakra (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Birgit Brandstetter & Petra Janata
15:30 -16:30	Wander Warm Up - Vinyasa Flow Yoga für den Berg (A)	Hotel Norica Therme	Damara Berger
16:30-17:30	NIA - Stretch & Relax (A)	Das Alpenhaus Gasteinertal	Regina Matsch
16:30-18:00	Gentle Flow, Vorbeugen (A)	Hotel Miramonte	Klara Michel
16:30-18:00	Detox Yoga: Lebens- und Verdauungsfeuer entfachen (A)	Hotel und Kurhaus Villa Excelsior	Birgit Brandstetter
16:30-18:00	Yoga zur Stärkung der Körpermitte (A)	Hotel Völserhof	Marianne Bauer
16:30-18:00	Detox (Entgiftung) mit Yoga (A)	Johannesbad Hotel Palace	Karin Perkmann
16:30-18:00	Relax your back - Poweryoga für den Rücken (A)	Verwöhhotel Bismarck	Sandra König
17:00-18:00	Hatha-Yoga Fokus: Bauch, Beine, Po (A)	Hotel Astoria Garden	Verena Lainer
17:00-18:00	Rhythmus & Selbstaustausch „Freude am Trommeln“ (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Ulrike Schülke & Jochen Enderle
17:00-18:30	Atem-Yoga für die Nerven (A)	Impuls Hotel Tirol	Christine Ranzinger
17:00-18:30	Yoga für Rücken, Nacken & Schultern (A)	Thermenhotel Sendlhof	Petra Janata
17:00-18:30	Yoga für Bauch & Rücken (A)	Design Hotel Das.Goldberg	Damara Berger
17:30-19:00	Yoga für den kreativen Ausdruck (A)	Alpine Spa Hotel Haus Hirt	Annette Söhnlein
18:30-19:30	Yoga für einen starken Rücken (A) Klinikum mit der Buslinie 550 erreichbar	Klinikum, Hans Kudlich-Str. 14, Bad Gastein	Daniela Ekl
20:00-21:00	Klangreise „Himmel und Erde“	Alpine Spa Hotel Haus Hirt	Ulrike Schülke & Jochen Enderle
20:00-21:00	Deep Relax Yoga – Entspannt Ankommen (A)	Hotel Alpenblick	Birgit Brandstetter
20:15-21:45	Impulsdialog „Meiner Widerstandskraft auf der Spur“ (Resilienz & Selbst-reflexion)	Impuls Hotel Tirol	Gundi Mayrhofer

„Ich habe entschieden, glücklich zu sein,
weil es meiner Gesundheit bekommt“

~ Voltaire



Freitag, 27. Oktober 2017

Zeit	Titel der Veranstaltung	Ort	LehrerIn
07:30-08:00	Pranayama & Meditation (A)	Thermenhotel Sendlhof	Petra Janata
07:45-09:15	Yoga für einen klaren Kopf (A)	Alpine Spa Hotel Haus Hirt	Annette Söhnlein
08:00-09:00	Hatha-Yoga Fokus: Rücken (A)	Hotel Österreichischer Hof	Verena Lainer
08:00-09:00	Yoga-Asanas für Hüften & Schultern (A)	Design Hotel Das.Goldberg	Damara Berger
08:00-09:00	Belebende Yogaeinheit 1. Chakra - Erdung (A)	Thermenhotel Sendlhof	Petra Janata
08:00-09:30	Yoga nach den Prinzipien der Spiraldynamik®, Wake up and Play (A)	Hotel Miramonte	Klara Michel
08:00-09:30	Sanftes Yoga für den Rücken (A)	Impuls Hotel Tirol	Christine Ranzinger
08:30-09:30	Yoga für Füße, Beine und Becken (A)	Der Salzburgerhof	Marianne Bauer
08:30-09:30	NIA (mit getanzt Lebensfreude in den Tag) (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Regina Matsch
08:30-10:00	Der Sonne entgegen: Im Sonnenflow (A)	Das Alpenhaus Gasteinertal	Sandra König
09:00-10:30	Mehr Leichtigkeit für den Körper durch Yoga (A)	Johannesbad Hotel Palace	Karin Perkmann
09:45-10:45	Kinderyoga kennenlernen - für Kinder ab 5 Jahren (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Sibylle Lainer
11:00-12:30	Alpenkräuter & TCM: Kraftsuppenkochen nach chinesischem Vorbild mit heimischen Alpenkräutern	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Dr. med. Barbara Berling
12:30-14:00	High Intensity Yoga (F) Klinikum mit der Buslinie 550 erreichbar	Klinikum, Hans Kudlich-Straße 14, Bad Gastein	Birgit Brandstetter
14:30-16:00	Yoga & Freude am Trommeln (A) Klinikum mit der Buslinie 550 erreichbar	Klinikum, Hans Kudlich-Straße 14, Bad Gastein	Verena Lainer, Jochen & Ulrike
15:30-16:30	Hatha-Yoga Fokus: Hüfte & Beine (A)	Hotel Norica Therme	Verena Lainer

Fortsetzung auf nächster Seite



Freitag, 27. Oktober 2017

Zeit	Titel der Veranstaltung	Ort	LehrerIn
16:00-17:00	Detox Yoga mit dem gewissen Dreh (A)	Hotel Klammer's Kärnten	Karin Perkmann
16:30-18:00	Relax. Restore. Repower: Loslassen & Krafttanken (A)	Verwöhnhotel Bismarck	Sandra König
16:30-18:00	Gentle Flow & Meditation, Heilung für uns selbst (A)	Hotel Miramonte	Klara Michel
16:30-18:00	Yoga für Nacken & Schultern (A)	Hotel Völserhof	Marianne Bauer
16:30-18:00	Gentle Flow (A)	Hotel und Kurhaus Villa Excelsior	Birgit Brandstetter
16:30-18:00	Moksha-Yoga mit Kraft & Balance in den Tag (A)	Cesta Grand Hotel	Daniela Ekl
17:00-18:00	Freude am Trommeln	Hotel Astoria Garden	Ulrike Schülke & Jochen Enderle
17:00-18:00	NIA (Die Basis - achtsame Füße) (A)	Das Alpenhaus Gasteinertal	Regina Matsch
17:00-18:30	Sonnengrüße & Yoga Nidra (A)	Design Hotel Das.Goldberg	Damara Berger
17:00-18:30	Yin-Yoga zum Kennenlernen (A)	Impuls Hotel Tirol	Christine Ranzinger
17:30-19:00	Yoga für die Intuition Fokus: restorative Asanas (A-F)	Alpine Spa Hotel Haus Hirt	Annette Söhnlein
19:00-20:00	Hatha-Yoga Vorbeugen und hüftöffnende Übungen (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Marianne Bauer
20:00-21:00	Klangreise „Farben des Herbstes“ (A)	Impuls Hotel Tirol	Ulrike Schülke & Jochen Enderle
20:00-21:00	Yoga und praktische Akupressuranleitung (A)	Hotel Österreichischer Hof	Christine Ranzinger & Dr. med. Barbara Berling
20:00-21:00	NIA (Freude an der Bewegung + 5 stages) (A)	Hotel Völserhof	Regina Matsch
20:00-21:00	Yin Yoga Fokus: Beine, Hüfte (A)	Hotel Alpenblick	Birgit Brandstetter
20:15-21:45	Impulsdialog „Meine Widerstandskraft mit Yoga bewusst machen“ (Resilienz & Selbstreflexion)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Gundi Mayrhofer



*„Achtsamkeit ist ein aufmerksames Beobachten,
ein Gewahrsein, das völlig frei von Motiven oder Wünschen ist,
ein Beobachten ohne jegliche Interpretation oder Verzerrung“*

~ Jiddu Krishnamurti

Samstag, 28. Oktober 2017

Zeit	Titel der Veranstaltung	Ort	LehrerIn
07:30-08:00	Pranayama & Meditation (A)	Thermenhotel Sendlhof	Petra Janata
07:45-09:15	Yoga der Intention Asanas zur Meditationsvorbereitung (A)	Alpine Spa Hotel Haus Hirt	Annette Söhnlein
08:00-09:00	Yoga für Knie & Gelenke (A)	Design Hotel Das.Goldberg	Damara Berger
08:00-09:00	NIA (mit getanzt Lebensfreude in den Tag) (A)	Hotel Österreichischer Hof	Regina Matsch
08:00-09:00	Belebende Yogaeinheit 3. Chakra - Körpermitte (A)	Thermenhotel Sendlhof	Petra Janata
08:00-09:30	Vom aktiven Yang-Programm ins ruhigere Yin (A)	Impuls Hotel Tirol	Christine Ranzinger
08:30-09:30	Yoga zur Stärkung der Körpermitte (A)	Der Salzburgerhof	Marianne Bauer
08:30-09:30	Moksha-Yoga mit Kraft & Balance in den Tag (A)	Cesta Grand Hotel	Daniela Ekl
08:30-10:00	Hatha-Yoga Fokus: Hüfte & Beine (A)	Das Alpenhaus Gasteinertal	Verena Lainer
08:30-10:00	Fließende und ausgleichende Übungen (F)	Hotel Alpenblick	Birgit Brandstetter
08:40-09:40	Sessel-Yoga für einen gesunden Rücken (A)	Hotel Klammer's Kärnten	Karin Perkmann
09:00-10:30	Yoga nach den Prinzipien der Spiraldynamik®, Wake up and Play (A)	Hotel Miramonte	Klara Michel
10:00-11:00	NIA (Die Basis - achtsame Füße) (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Regina Matsch
11:15-13:15	Partneryoga: Yoga & Entspannung mit Unterstützung einer zweiten Person (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Karin Perkmann & Petra Janata
13:00-14:30	Yoga Sonnengrüße in all seinen Formen (A) Treffpunkt: 12:45 Uhr TVB Bad Gastein <i>(bei Schlechtwetter im Grand Hotel de l'Europe Bad Gastein)</i>	Yoga Plattform Bad Gastein (bei Schönwetter)	Verena Lainer
15:00-16:00	Sanftes Yoga für den Rücken (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Christine Ranzinger
15:30-16:30	Sonnengrüße & Yoga Nidra (A)	Hotel Norica Therme	Damara Berger
16:30-18:00	Detox.Retox: Entgiften und zur Ruhe kommen (A)	Verwöhhotel Bismarck	Verena Lainer
16:30-18:00	Gentle Flow, Rückbeugen, Open Heart (A)	Hotel Miramonte	Klara Michel
16:30-18:00	Yin Yoga Fokus: Hüfte & Beine (A)	Hotel und Kurhaus Villa Excelsior	Birgit Brandstetter
16:30-18:00	Yoga für Füße, Beine und Becken (A)	Hotel Völserhof	Marianne Bauer
16:30-18:00	Yoga als Verdauungs-Kick (A)	Johannesbad Hotel Palace	Karin Perkmann
16:30-18:00	Impulsdialog „Achtsamkeit und Flexibilität - Was macht stark?“ (Resilienz & Selbstreflexion)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Gundi Mayrhofer
17:00-18:00	Klang & Inspiration Treffpunkt: 16:45 Uhr TVB Bad Gastein	am Bad Gasteiner Wasserfall	Ulrike Schülke & Jochen Enderle
17:00-18:00	NIA (freies Becken, gesunde Mitte)	Hotel Astoria Garden	Regina Matsch
17:00-18:30	Pranayama Atemübungen aus dem tibetischen Yoga (A)	Design Hotel Das.Goldberg	Damara Berger
17:00-18:30	Yin-Yoga und Yoga-Nidra (A)	Impuls Hotel Tirol	Christine Ranzinger
17:30-19:00	Meditatives Yoga für die Verbindung (A - F)	Alpine Spa Hotel Haus Hirt	Annette Söhnlein
18:30-19:30	Yoga für Schultern & Nacken (A) Klinikum mit der Buslinie 550 erreichbar	Klinikum, Hans Kudlich-Str. 14, Bad Gastein	Daniela Ekl
18:30-19:30	NIA (Feldenkrais & Alexandertechnik im Tanz) (A)	Alpenhaus Gasteinertal	Regina Matsch
20:00-21:00	Evening Glory - Enjoy the power of NIA (A)	Kongresszentrum Bad Hofgastein	Regina Matsch
20:00-21:00	Klangreise „Achtsamkeit“	Verwöhhotel Bismarck	Ulrike Schülke & Jochen Enderle

Sonntag, 29. Oktober 2017

Zeit	Titel der Veranstaltung	Ort	LehrerIn
07:30-08:00	Pranayama & Meditation (A)	Thermenhotel Sendlhof	Petra Janata
07:45-09:15	Yoga zum Ausgleich der 7 Hauptchakras (A)	Alpine Spa Hotel Haus Hirt	Annette Söhnlein
08:00-09:00	Belebende Yogaeinheit 4. Chakra - Herz/Atmung (A)	Thermenhotel Sendlhof	Petra Janata
08:00-09:00	Yoga für Bauch & Rücken (A)	Design Hotel Das.Goldberg	Damara Berger
08:00-09:30	Yang Yoga: Kraft aus der Mitte (A)	Impuls Hotel Tirol	Christine Ranzinger
08:30-10:00	Rise & Shine - Starte den Tag mit Yoga (A)	Das Alpenhaus Gasteinertal	Verena Lainer
08:30-10:00	Yin Yoga Öffnung der Faszien, Dehnung der Muskeln (A)	Hotel Alpenblick	Birgit Brandstetter
09:00-10:30	Schultern & Nacken – Gesund und frei durch Yoga (A)	Johannesbad Hotel Palace	Karin Perkmann
09:00-10:30	Yoga nach den Prinzipien der Spiraldynamik®, Wake up and Play (A)	Hotel Miramonte	Klara Michel
11:00-12:30	Mantren, Live-Musik & Ausklang Yogaherbst Gastein „Quelle der Inspiration“ Klinikum mit der Buslinie 550 erreichbar	Klinikum, Hans Kudlich-Str. 14, Bad Gastein	Jochen & Ulrike (Musik, Klang), Christine Ranzinger (Mantren)

A = Yoga für alle Level, F = Yoga für Fortgeschrittene, TVB = Tourismusverband

Die hellblau markierten Zeilen weisen die öffentlichen Einheiten aus.
Sie können von allen Interessierten besucht werden.

Bei Hotel-Einheiten haben die jeweiligen Hotelgäste vorrangig Zugang. Rechtzeitige Anmeldung wird empfohlen.

Mit dem Fahrrad durch Gastein

An Gäste des Yogaherbst Gastein werden Fahrräder zu Sonderkonditionen verliehen.

The Bike

Bahnhofplatz 10
5640 Bad Gastein
+43 6434 20121
office@thebike.at

Öffnungszeiten:

Mo – Sa 08:00 – 12:00 Uhr
und 14:00 – 18:00 Uhr
Guidetouren täglich auf Anfrage
Sonn- und Feiertag gegen Vereinbarung

Bike Gastein

Salzburgerstraße 40
5630 Bad Hofgastein
+43 650 99 84 119
info@bike-gastein.at

Öffnungszeiten:

Mo – Fr 09:00 – 12:00 Uhr
und 14:30 – 18:00 Uhr
Sa 9:00 – 12:00



Die Yogahotels

Alpine Spa Hotel Haus Hirt

Kaiserhofstraße 14, 5640 Bad Gastein
+43 6434 27970, www.haus-hirt.com

Cesta Grand Aktiv Hotel

Miesbichlstraße 20, 5640 Bad Gastein
+43 6434 25260, www.cesta-grand-hotel.com

Hotel Miramonte

Reitlpromenade 3, 5640 Bad Gastein
+43 6434 25770, www.hotelmiramonte.com

Hotel Alpenblick

Kötschachtaler Straße 17, 5640 Bad Gastein
+43 6434 2062, www.alpenblick-gastein.at

Hotel und Kurhaus Villa Excelsior

Reitlstraße 20, 5640 Bad Gastein
+43 6434 21350, www.villa-excelsior.at

Bad Gastein



Design Hotel Das.Goldberg

Haltestellenweg 23, 5630 Bad Hofgastein
+43 6432 6444, www.dasgoldberg.at

Impuls Hotel Tirol

Grünlandstraße 5, 5630 Bad Hofgastein
+43 6432 6394, www.hotel-tirol.at

Hotel Norica Therme

Kaiser-Franz-Platz 3, 5630 Bad Hofgastein
+43 6432 8391, www.thermenhotels-gastein.at/de/hotel-norica

Verwöhhotel Bismarck

Alpenstraße 4-6, 5630 Bad Hofgastein
+43 6432 6681, www.hotel-bismarck.com

Das Alpenhaus Gasteinertal

Kurgartenstraße 26, 5630 Bad Hofgastein
+43 6432 6356, www.alpenhaus-gastein.at

Hotel Astoria Garden

Salzburger Straße 24, 5630 Bad Hofgastein
+43 6432 6277, www.thermenhotels-gastein.at/de/hotel-astoria

Hotel Klammer's Kärnten

Dr. Zimmermannstraße 9, 5630 Bad Hofgastein
+43 6432 6711, www.hotel-kaernten.com

Hotel Österreichischer Hof

Kurgartenstraße 9, 5630 Bad Hofgastein
+43 6432 6216, www.oehof.at

Hotel Völserhof

Pyrkerstraße 28, 5630 Bad Hofgastein
+43 6432 8288, www.voelserhof.com

Johannesbad Hotel Palace

Alexander-Moser-Allee 13, 5630 Bad Hofgastein
+43 6432 6715, www.palace-gastein.com

Thermenhotel Sendlhof

Pyrkerstraße 34, 5630 Bad Hofgastein
+43 6432 3838, www.sendlhof.at

Der Salzburgerhof

Kaiser-Franz-Platz 1, 5630 Bad Hofgastein
+43 6432 6230, www.hotel-salzbürgerhof.com

Bad Hofgastein

Yogafrühling Gastein
25. Mai – 3. Juni 2018

Arme die Berge



Yogaherbst Gastein
26. Oktober – 4. November 2018

Quelle der Inspiration

Gastein

 visitgastein

 gasteinurlaub

Gastein Tourismus

Tauernplatz 1

5630 Bad Hofgastein, Österreich

T. +43 6432 3393 0, info@gastein.com

