

Retreat im Maggiatal

GLÜCKSMOMENTE NATUR

ACHTSAMKEIT WANDERN



Erlebe das wunderschöne Maggiatal mit seinen Kastanienwäldern, malerischen Dörfern und der Maggia, die zum Baden einlädt. Unser traumhaft gelegenes Haus mit idyllischem Garten bietet den perfekten Rückzugsort. Nur 5 Minuten entfernt wartet ein besonderes Highlight: Ein Sprung ins kalte Nass und das Schwimmen unter einem Wasserfall!

Was dich erwartet:

Achtsame Impulse begleiten uns auf den geführten Wanderungen und am Abend entspannen wir beim Hatha-Yoga unter freiem Himmel. Auch die Genussmomente kommen nicht zu kurz- mit feinen Tessiner Spezialitäten.

Du kannst loslassen- alles ist organisiert, du musst dich um nicht kümmern! Einfach erleben und genießen!

Ort: Maggia Tessin

Datum: Samstag 16.08. bis Montag, 18.08.2025

Unterkunft: Wir übernachten im absolut ruhig gelegenen Boutique-Hotel Casa Martinelli
www.casa-martinelli.ch

- 1 x Essen in der **Osteria al Ponte**, direkt an der Maggia.
- Gesunde, regionale und liebevoll zubereitete Mahlzeiten
- Gemeinsame Abende mit inspirierenden Gesprächen oder einfach **Zeit für Dich**.

Kosten Retreat pro Person im Doppelzimmer: CHF 690.-

Inbegriffen:

- 2 Übernachtungen im Doppel oder Einzelzimmer (nur 2)
- 3 geführte achtsame Wanderungen
- Hatha Yoga
- Tessiner Willkommensplättli
- 2 x Frühstücksbrunch
- 2 x Lunchpaket
- 2 Abendessen
- Gratisparkplatz
- Bahn Ticino Ticket (wir nutzen öffentliche Verkehrsmittel)



Exklusive:

- Getränke
- Eigene An- und Rückreise
- Annullationsversicherung



Stornierungsbedingungen:

Bis 30 Tage vor Retreat- Beginn: 50% des Betrags werden bei Stornierung zurückerstattet.

Ab 30 Tagen vor Retreat- Beginn: Eine Rückerstattung ist nicht mehr möglich.

Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserückversicherung, um im Falle einer kurzfristigen Absage abgesichert zu sein.

Retreat im Maggiatal



Detailprogramm:

Tag 1: Ankommen und loslassen

- **Individuelle Anreise** bis 11.00 Uhr
- **Begrüssung** und Kennenlernen mit kleiner Tessiner Platte zur Stärkung in gemütlicher Runde
- Leichte **3-stündige Rundwanderung** zur Kappelle Pioda oberhalb von Maggia in einer traumhaften Naturkulisse mit achtsamen Impulsen, um den Alltag loszulassen.
- Pack die Badehose ein. Wer Lust hat, kann anschliessend mit uns zum Wasserfall, in das kühle Nass springen und unter dem **Wasserfall schwimmen**.
- Entspannen unter freiem Himmel, mit **Hatha Yoga** (bei schönem Wetter).
- Spaziergang zur **Osteria al Ponte** in Maggia und leckeres Abendessen

Tag 2: Wanderung Ponte Brolla nach Maggia

- Starte deinen Tag mit **Hatha Yoga**- für mehr Energie, die dich den ganzen Tag begleitet.
- **Frühstücksbrunch** und anschliessend Busfahrt nach Ponte Brolla.
- **Wanderung Ponte Brolla via Dunzio nach Maggia**
Anforderung: T2, 4 Stunden Laufzeit, 478hm, runter 553m
Typische Tessiner Dörfer und grandiose Berglandschaften prägen das Maggiatal. Ausdehnte Kastanienwälder beherrschen die steil abfallenden Bergflanken und wie wandern mittendrin über Brücken, entlang der Kapelle St. Anna zurück nach Maggia.
- **Zeit zum Entspannen**
- **Gemeinsames Abendessen** im Hotel und einfach geniessen.

Besprechen des Programms für den nächsten Tag.

- **Gemütliches Beisammensein** oder Zeit für sich.

Tag 3: Geniessen und entspannen

- **Hatha Yoga** für Frühaufsteher vor dem leckeren Frühstück.
- Wir lassen uns treiben vom Wetter und der Stimmung der Teilnehmer.
Wer Lust hat kommt mit zu einer **Wanderung der Maggia entlang** mit Möglichkeit zum Baden.
Oder lieber den Tag auf eigene Faust geniessen? **Alles darf sein!**

Wanderung von Maggia durch eine eindrückliche Auenlandschaft malerischen Tessiner Dörfer bis nach Someo. **Anforderung:** T1, reine Wanderzeit 2 Stunden 239hm, runter 201m
- **16:00 Uhr Abschied nehmen.**

Das gesamte Programm kann je nach Wetter oder Gruppendynamik angepasst werden. Wir behalten uns vor, Abläufe flexibel zu gestalten, um das bestmögliche Erlebnis für alle Teilnehmenden zu ermöglichen.

Vielen Dank für dein Verständnis!

Haftung und Versicherung:

Die Teilnahme am Wander-Retreat erfolgt auf eigene Verantwortung. Für Unfälle, Verletzungen oder Schäden während der Veranstaltung übernehmen wir keine Haftung. Die TeilnehmerInnen sind selbst dafür verantwortlich, eine ausreichende Unfallversicherung abzuschliessen.

Wir freuen uns sehr darauf, gemeinsame mit dir unvergessliche Momente im Maggiatal zu erleben.

Herzliche Grüsse Diana Rechsteiner