

Yoga | Selfcare | Nature

# rise in softness

SPRING WEEKEND RETREAT



**10-12 April 2026**

Südsteiermark Weingut Tauss

# rise in softness

SPRING WEEKEND RETREAT

**Lass uns gemeinsam Balance schaffen.**

Zwischen Leichtigkeit und Kraft,  
Loslassen und Wachstum – zwischen  
Yin und Yang.

Unter diesem Motto steht unser Spring Weekend Retreat: ein Wochenende, das dich einlädt, tief durchzuatmen, dich zu zentrieren und mit neuer Klarheit in den Frühling zu starten.



# rise in softness

SPRING WEEKEND RETREAT

## YOGA

Es erwarten dich kraftvolle, dynamische Yogaeinheiten - sowie Einheiten mit dem Schwerpunkt auf Yoga Nidra und Yin-Yoga, Zeit für Journaling & in der Natur.

Insgesamt sind es vier Yoga-Einheiten mit je 75 oder 90 Min.

Wir starten freitags um 16:30 mit einem Welcome-Circle und Yoga-Flow. Samstags und sonntags gibt es eine Morgeneinheit, eine Abendeinheit findet am Samstag statt.

# rise in softness

## SPRING WEEKEND RETREAT

Die Kosten für das Yogapaket sind bis 8 Wochen vor Retreatbeginn an mine by Nina Gärtner zu überweisen.

### **Kosten Yogapaket:**

160€

### **Stornobedingungen:**

Bei zu geringer Anmeldezahl behält sich mine by Nina Gärtner das Recht, das Retreat bis zu 8 Wochen vor Retreatbeginn abzusagen. Für dich ist eine Stornierung bis zu 12 Wochen vor Retreatbeginn ohne anfallende Kosten möglich.

Bei einer Stornierung bis zu 4 Wochen vor Retreatbeginn fallen 50% der Kosten für dich an, danach ist der volle Preis für das Yogapaket zu bezahlen.

Deine Anmeldung ist bei Ausfall gerne übertragbar, solltest du jemanden finden, der deinen Platz übernehmen möchte.

# rise in softness

## SPRING WEEKEND RETREAT

### **Was dich erwartet:**

Vier Yogaeinheiten sowohl kraftvolle-dynamische Vinyasa Flows als auch sanfte, regenerative Einheiten mit Elementen aus Yin-Yoga & Yoga Nidra.

Journaling und Reflexion zu *rise in softness*: Ein Impulsraum, in dem du erkunden kannst, wohin deine Energie im Frühling fließen darf.

Raum für Rückzug & Verbindung - Ob du dich nach Stille sehnst oder dich mit Gleichgesinnten austauschen möchtest – beides hat hier Platz. In einer kleinen Gruppe von max. 15 Personen darfst du ganz du selbst sein.

Entspannung & Genuss - Zeit für dich am Pool oder in der Sauna, Spaziergänge durch die Weinberge, Gespräche mit anderen Teilnehmer\*innen – du entscheidest, was dir guttut.



Foto: Weingut Tauss

# rise in softness

SPRING WEEKEND RETREAT

## **Unterkunft und Inklusivleistungen**

Einzel- und Doppelzimmerbuchung möglich  
beheizter Außenpool und Sauna  
inklusive Frühstück und Abendessen  
eigener Yogaraum mit Matten & Pölstern

Preise sind abhängig von der Zimmerkategorie  
Buchung der Zimmer direkt über das Weingut  
an [info@weingut-tauss.at](mailto:info@weingut-tauss.at)

Die Kosten für die Übernachtungen werden direkt  
vom Weingut verrechnet.

## **Stornobedingungen des Weingut Tauss:**

    bis 3 Monate vor Reiseantritt kostenlos  
    3 Monate bis 1 Monat vor Reiseantritt 40% des  
        Preises  
    1 Monat bis 1 Woche vor Reiseantritt 70% des Preises  
    7 Tage und weniger vor Reiseantritt 100% des  
        Preises  
    Bei verfrühter Abreise 100% des Preises

# rise in softness

## SPRING WEEKEND RETREAT

### Zimmerkategorien

Alle Infos und Fotos zu den Zimmern findest du unter: <https://weingut-tauss.at/urlaub/>

### Zimmerpreise:

Hier eine Auflistung der Preise pro Person für zwei Nächte exklusive Tourismusabgabe von 2,50€/ Tag:

Weißen Wein EZ - 258€

Weißen Wein DZ - 208€

Rotwein EZ - 318€

Rotwein DZ - 238€

Sonnenwohnung für 2 Personen - 290€

Erde-Wohnung mit zwei Schlafzimmern - verschiedene Buchungsoptionen:

zwei mal EZ-Buchung je 320€

3 Personen 274€

4 Personen 236€

Bei der Wahl der Zimmer gilt das Prinzip  
*first come first serve.*



Foto: Weingut Tauß

# rise in softness

## SPRING WEEKEND RETREAT

### Anmeldung

Für eine verbindliche Anmeldung zum Retreat schreibe mir eine Mail an [office@mine.co.at](mailto:office@mine.co.at).

Du erhältst eine anschließende Bestätigungsmaile von mir. Deine Anmeldung ist somit verbindlich.

Die Buchung der Zimmer sowie die Bezahlung der Nächtigungskosten laufen direkt über das Weingut Tauss. Schreibe dazu eine Mail an [info@weingut-tauss.at](mailto:info@weingut-tauss.at)

Gib bitte an, ob du ein Doppel- oder Einzelzimmer bevorzugst, sowie welche Zimmerkategorie du wählst. Je nach Verfügbarkeit kann die Unterkunft deinen Wünschen nachkommen.

Es gilt das Prinzip first come first serve.

Jegliche Unverträglichkeiten und Wünsche bezüglich Essen bitte auch direkt der Unterkunft melden.

# rise in softness

## SPRING WEEKEND RETREAT

### **weitere Infos**

Im Yogaraum gibt es Yogamatten, Pölster und Blöcke zum Ausborgen. Falls du lieber mit deinem Equipment praktizierst, nimm gerne deine eigene Yogamatte mit.

Für die Yogaeinheiten nimm dir bequeme Sportkleidung mit, in der du dich gut bewegen kannst. Für die Endentspannung können dicke Socken und ein warmer Pulli oder etwas anderes zum Drüberanziehen angenehm sein.

Nicht inkludiert sind die Anreise sowie dabei anfallende Kosten. Car-Sharing ist möglich. Die Anreise bietet sich mit dem Auto an, da das Weingut mit den Öffis nicht direkt erreichbar ist.



Foto: Weingut Tausch

# Weingut Tauss



Foto: Weingut Tauss

# rise in softness

SPRING WEEKEND RETREAT



mehr Infos unter:  
[www.mine.co.at](http://www.mine.co.at)