

TAMA
RASE
GRIST
VOSER

andrea
huser



Atmen und Gestalten

Ein Wochenende für die Sinne
21. bis 22. März 2026, Brugg

Atmen und Gestalten

Ein Wochenende für die Sinne

21. bis 22. März 2026, Brugg

Finde durch Bewegen und Wahrnehmen sowie durch achtsames Werken und Wirken zu einem freien Atem und zu dir selbst. Im einzigartigen Flusshaus schenkst du dir eine Pause – voller Leichtigkeit, Klarheit und Inspiration.

Ein Retreat mit Andrea Huser (Kulturvermittlerin, Himmeli-Enthusiastin) und Tamara Siegrist-Voser (Atem- und Körpertherapeutin).

Ort: Flusshaus in Brugg

Kosten: Buchungen bis 31.12.2025 CHF 510, danach CHF 540
Inkl. Workshops, Übernachtung, marktfrischem Essen

Anmeldung & Infos:

www.siegrist-voser.ch/retreat



Das erwartet dich:

- Atmen und Bewegung
- Gestalten von Stroh-Himmelis
- Zeit für dich – in einer kleinen, achtsamen Gruppe
- Ein kraftvoller Ort am Wasser
- wunderschöne Bleibe mit stimmungsvollem Ambiente