



ERMITAGE  
GSTAAD-SCHÖNRIED  
Wellness- & Spa-Hotel

A circular frame with a white, intricate, repeating pattern of floral and geometric motifs. Inside the frame is a blurred landscape featuring a vibrant green field in the foreground, a line of trees in the middle ground, and a clear blue sky in the background. The overall aesthetic is serene and natural.

# YOGA RETREATS

## All unsere Übernachtungs-Angebote enthalten

### Die ERMITAGE Kulinarik

Ausgewogenes Frühstücksbuffet. «Vital-Lunch» mit Suppe und Salaten in der «Orangerie», bei schönem Wetter zusätzlich auf der Sonnenterrasse. Nachmittags «Chuechetisch» in der Panoramahalle «Bärgblick» sowie an der «One Million Stars» Bar und abends ERMITAGE-Dîner. In der «Brunnenstube» steht die ERMITAGE-Bademantel-Kulinarik bereit, abgestimmt auf den Wellness-Gedanken des Hotels.

### Das ERMITAGE Wellness-Paket

- + Wellness auf 3'700m<sup>2</sup> wovon 340m<sup>2</sup> Wasserwelt
- + Hallen- und Frei-SOLBAD (35°C) mit Massage- und Nackendüsen, Stehsprudel, Whirlliegen, Cheminée Lounge, Juice Bar
- + Aussen-Sportpool 28 – 31°C (10 × 17m)
- + Aqua-Dom 37°C
- + Banyan-Lounge und Infrarot-Wärme-Raum
- + Sauna-Welt mit 10 verschiedenen Saunas und Dampfbädern
- + Separater «Lady's Spa» mit Biosauna, Dampfbad und Tee-Stube
- + Beauty-Oase
- + Massagen und Anwendungen
- + Brunnenstube mit Vitalbar
- + Ruheraum «Chouflis Alp»

### Unser Gästeprogramm für Sport und Freizeit

Betreutes, kostenloses Sport- und Ausflugsprogramm (Montag bis Freitag).

### Fitness und Gymnastik

Neusten «TechnoGym» Ausdauer- und Kraftgeräte. Personal Coach möglich.



# Planen Sie Ihre Auszeit!

Im EMITAGE Wellness- & Spa-Hotel finden Sie inmitten einer wunderbaren Berglandschaft die nötige Ruhe und familiäre Atmosphäre um sich ganz sich Selbst, Ihrer Praxis und Ihrem Weg widmen zu können.

## Unser Angebot für Sie

- + 3 Übernachtungen in der gewünschten Zimmerkategorie
- + 2 Yogaeinheiten pro Tag,  
Inhalte der Stunden gemäss Retreat Programm\*
- + Yoga Matte (zur Nutzung während des Retreats)
- + Zugang zur 3'700m<sup>2</sup> grossen Wellness-Oase
- + Wöchentliches Ausflugsprogramm
- + ERMITAGE Kulinarik

**Vom 8. bis 11. September 2022**

**Vom 3. bis 6. November 2022**

**Vom 1. bis 4. Dezember 2022**

## Preis

3 Nächte ab CHF 885.- p.P. im Doppelzimmer Nord /  
CHF 930.- im Einzelzimmer Nord



\* Programmänderungen bleiben vorbehalten.  
Erläuterungen folgen zu Beginn jedes Yoga Retreats.



## Nicole Landeira

**Hatha, Vinyasa, Yin und  
Restorative Yogalehrerin,  
Meditationslehrerin, Psychologin  
und eid. dipl. Psychotherapeutin**

Als Psychologin und Yogalehrerin liebe ich es, die beiden Disziplinen miteinander zu verbinden. Yoga be-  
wegt auch das Innere und fördert ein  
wunderbares Zusammenspiel zwi-  
schen Körper und Geist.



## Janosch Landeira

**Personal Trainer, Life- &  
Ernährungscoach, eidg. dipl.  
Fitnessinstruktor und  
Naturheilpraktiker**

Meine Freude an der Bewegung und  
dem Training des Körpers, wie meine  
Leidenschaft mich stets persönlich  
weiterzuentwickeln, möchte ich mit  
meinen Mitmenschen teilen.

# HOLISTIC RETREAT

YOGA | PSYCHOLOGIE | NATURHEILKUNDE

HolisticRetreat

Telefon: 076 476 11 77  
E-Mail: [info@holisticretreat.ch](mailto:info@holisticretreat.ch)  
[www.holisticretreat.ch](http://www.holisticretreat.ch)



**ERMITAGE**  
GSTAAD-SCHÖNRIED

---

Wellness- & Spa-Hotel

ERMITAGE Wellness- & Spa-Hotel  
Dorfstrasse 46  
3778 Gstaad-Schönried

Telefon: 033 748 04 30  
E-Mail: [welcome@ermitage.ch](mailto:welcome@ermitage.ch)  
[www.ermitage.ch](http://www.ermitage.ch)