

soami retreat in kärnten

Ostermontag, 6. bis Samstag 11. April 2026

Soul Bliss

mit **Isabelle Bartmann** (www.isayoga.de) und **Ingrid Rebele** (www.ingridrebele.de)
im Soami Retreat Resort | www.soami.at



Wenn du spürst, dass es Zeit ist...
dass sich etwas neu in dir ordnen darf,
dass sich alte Muster lösen dürfen,
dann bist du bei diesem Retreat genau richtig!

Fern vom Alltag, eingebettet in der wunderschönen Natur Kärntens oberhalb des Millstätter Sees im Soami Retreat Resort, **wirst Du mit Dir auf allen Ebenen in Kontakt und Berührung kommen!**

Erlebe unvergessliche Tage mit Yoga in Kombination mit schamanisch systemischer Aufstellungsarbeit, sowie feinstem Essen, wunderschönen Zen-Zimmern, Sauna, Infinity Pool und **allem was der Seele gut tut.**

Kosten für das Retreat

Frühbucher bis 31.12.25 **€ 720,-**
Regulär ab 1.11.26 **€ 860,-**

Kosten für Übernachtung | Verpflegung (Vollpension)

- **Doppelzimmer** € 158,-/Person/Nacht
- **DZ zur Einzelnutzung** € 188,-/Person/Nacht
- **Einzelzimmer:** € 173,-/Person/Nacht

Programm und Ablauf

Das Programm und die Zeiten können nach den Bedürfnissen der Teilnehmer und der Wetterlage variieren.

- **Montag:** Anreise bis 16 Uhr
17 Uhr Begrüßungsrunde und Kennenlernen
- **Dienstag:** 8 Uhr Wake up Yoga, anschl. Brunch
12 Uhr Aufstellungsarbeit, Numerologie
16 Uhr Yin Yoga mit Fantasiereise, anschl. Abendessen
- **Mittwoch:** 8 Uhr Wake up Yoga, anschl. Brunch
12 Uhr Aufstellungsarbeit, Numerologie
16 Uhr Kakaozeremonie mit einer Trommelreise, anschl. Abendessen
- **Donnerstag:** 8 Uhr Wake up Yoga, anschl. Brunch
12 Uhr gemeinsame Wanderung, anschl. Abendessen
- **Freitag:** 8 Uhr Wake up Yoga, anschl. Brunch
12 Uhr Aufstellungsarbeit, Numerologie
16 Uhr Yoga Bliss mit Yoga Nidra, anschl. Abendessen
- **Samstag:** Abschlußrunde mit abschließendem Brunch

Friede beginnt damit, dass jeder von uns sich jeden Tag um seinen Körper und seinen Geist kümmert.
(Thich Nhat Hanh)

soami retreat in kärnten

Yoga mit Isabelle

Meine Yogastunden sind bunt, abwechsleinsreich und für alle! Ich liebe es, auf die Stimmung und Bedürfnisse der Teilnehmer einzugehen. So kann es einmal **dynamisch, kraftvoll, aber auch genauso ruhig oder fliessend** sein. Wir nutzen die Kraft und Dynamik der Gruppe. Genieße es, mit anderen Yogis zusammen auf der Matte anzukommen, **Dich zu bewegen, Dich zu spüren und Dich mit Dir und Deinem Atem zu verbinden** und all die Erlebnisse und Erfahrungen der Woche **in deinen Körper zu integrieren.**

Magie der Zahlen | Numerologie mit Isabelle

Die Numerologie ist eine der ältesten Wissenschaften, die sich mit der Zahlendeutung beschäftigt. **Bei der Geburt erhalten wir einen »Code«,** der sich in den Zahlen unseres Geburtsdatums und der Geburtszeit zeigt. So hat **jede Zahl ihre eigene Schwingung.** Jenachdem wo eine Zahl steht, wie oft sie vorkommt und in welchem Kontext die Zahlen zueinander stehen, inkarniert jeder Mensch mit seinen individuellen Zahlen. Unser Geburtsdatum ist also eine **Codierung unseres Lebensplanes** – ein intelligent verschlüsseltes Geheimnis, in dem all unsere Fähigkeiten, Talente, Lernaufgaben usw. verpackt sind. In der Numerologie geht es darum diese »Codes« zu lesen. So können wir **uns selbst besser verstehen** und Antworten zu bestimmten Lebenssituationen bekommen.

Deine Eltern gaben Dir einen Namen, das Universum ein Datum – darin findest Du Deine Antworten.

Isabelle Bartmann | isayoga.de

Als Kind turnte ich stundenlang vor meinem imaginären Publikum und wünschte mir, ein Zirkuskind zu sein. Genauso gerne malte und bastelte ich, baute mit meinem Vater Modelle, schreinerte in seiner Werkstatt und töpferte mit meiner Mutter. Als Jugendliche kam ich zum Modern Dance. Das Tanzen war meine große Liebe und Rettung nach dem frühen Tod meiner Mutter. Das Gestalten liebte ich genauso und so studierte ich Architektur. Die Sehnsucht nach Bewegung blieb und so fand ich Yoga, was mit der Zeit immer mehr zu meiner Berufung wurde. Viele Ausbildungen im Bereich Yoga, Körperarbeit und Spiritualität folgten, ebenso die Eröffnung meines Yogastudios – das »isayoga«. So lebe ich meinen Herzengewunsch und liebe es, meine Leidenschaft mit anderen zu teilen und weiterzugeben.



Anmeldungen zum Retreat ganz einfach unter E-Mail: info@isayoga.de oder Telefon: 0171-83 13 490

Die Anmeldung ist sofort verbindlich. Da die Teilnehmerplätze begrenzt sind, kann der Platz erst nach Zahlungseingang gesichert werden. Bereits gezahlte Kurskosten können bei Nichterscheinen nicht erstattet werden. Eine Stornierung muss zwölf Wochen vor Veranstaltungsbeginn/Reiseantritt schriftlich oder telefonisch erfolgen. Die Bearbeitungsgebühr beträgt 10% des Kursbeitrages, mindestens jedoch € 50,-. Bei Rücktritt bis zu sechs Wochen vor Veranstaltungsbeginn/Reiseantritt werden 50% der Kurskosten einbehalten, danach wird der gesamte Betrag einbehalten und es können keine Kurskosten mehr zurückgestattet werden. Es kann jedoch selbstverständlich ein Ersatzteilnehmer benannt werden. Bei Nichterscheinen, Krankheit oder vorzeitigem Abbrechen eines Kurses aus anderen Gründen, können keine Kosten zurückerstattet werden.

Schamanisch systemische Aufstellungsarbeit

mit Ingrid

Dieses Retreat ist genau der richtige Rahmen, um mit **Leichtigkeit und Freude Bewegung in dein System zu bringen.** Die shamanische Aufstellung unterscheidet sich insofern von der klassischen Systemaufstellung, dass wir im Aufbau des Prozesses davon ausgehen, dass allem ein Wesen innewohnt. Eigenschaften, Verhaltensweisen, Symptome, Zahlen,... – **alles ist beseelt und hält eine Botschaft bereit für uns und unser Wachstum.** Die shamanische Aufstellung ist ein ganz natürlicher Prozess, der keinem festgefahrenen, starren Konzept folgt. Jede Aufstellung ist als sanfter und sehr individueller Prozess zu beobachten. Es ist eine der wirkungsvollsten Möglichkeiten **unser persönliches System in Balance und Harmonie zu bringen.**

Als Teilnehmer erlebst du die **unglaubliche Kraft von Geben und Nehmen** und was es bedeutet **mit allem verbunden zu sein.** Jeder und alles hat seinen Platz in einem System. In diesem Retreat erfährst Du mehr über die Aufstellungsarbeit, egal ob Du ein eigenes Anliegen hast oder als Stellvertreter stehst. Immer erlangen wir **wichtige Erkenntnisse für unser eigenes Leben!**

Komm mit auf eine faszinierende innere Reise zu deinen Wurzeln, zu deiner Natur, deiner Individualität und spüre deinen Anteil am großen Ganzem.

Es ist Zeit für dich – Zeit für dein Anliegen!

Alles, was wir für uns selbst tun, tun wir auch für andere, und alles, was wir für andere tun, tun wir auch für uns selbst. (Thich Nhat Hanh)

Ingrid Rebele | ingridrebele.de

Als kleines Mädchen verbrachte ich zahlreiche Stunden in der Natur – sie war mein Spielplatz und ein Ort voller Magie. So prägte sich bereits ganz früh meine Verbindung zu Tieren und Pflanzen. Ich absolvierte verschiedene Ausbildungen in systemischer Aufstellungsarbeit, Organisationsaufstellung, Familienaufstellung, Clean Space, Mal-, Kreativ- und Kunsttherapie, begleitender Kinesiologie und systemischem Coaching. Die Freude Neues auszuprobieren, zu entdecken und zu entwickeln, treibt mich an. Meine Kernkompetenz liegt aber in der systemischen Aufstellungsarbeit, die ich mit shamanischen Aspekten verbinde.