



MEDITATIONS

Retreat



MEDITATION

Durch Meditation und Innenschau trainieren Sie unter der Leitung von Manuela Tuena das bewusste Lenken der Aufmerksamkeit auf bestimmte Körperbereiche und energetische Zentren. Zum Retreat-Programm gehören ebenso Atemübungen, Visualisierungen und Sammlung der Energie im Zentrum. Die Sitzmeditationen werden zum Ausgleich mit kurzen Bewegungssequenzen ergänzt.

Ihre Pauschale in Leistungen:

- 3 Übernachtungen in der gewünschten Zimmerkategorie
- 1 bis 3 Meditations-Einheiten pro Tag
- Zugang zur 2'000 m² grossen Wellness-Oase
- Ausflüge mit unseren Natur Guides (werktags)
- BEATUS Kulinarike (Frühstücksbuffet, mittags Suppe und Salatbuffet, nachmittags «Blechchueche», abends Dîner mit Auswahlmöglichkeiten)

Gültig ab 19. bis 22. November 2026.

Scan me!



zum Programm



Reservationen via +41 33 748 04 34 oder
welcome@beatus.ch.



BEATUS Wellness- & Spa-Hotel, Seestrasse 300, 3658 Merligen-Thunersee

