OMAIA ALAYA

DE ORT WO ALLES DÖRF SII

Advent Women Retreat

im Sein, so sein.

17. – 20. Dezember 2026 Panorama Hotel Braunwald

Vier Tage nur für dich. Vier Tage zum Ankommen, Spüren, Loslassen und Sein.

Inmitten der stillen Bergwelt von Braunwald öffnen wir einen geschützten Raum nur für Frauen – einen Raum, in dem du nichts leisten, nichts erreichen und niemand sein musst.

Du darfst einfach sein.

Dieses Retreat lädt dich ein, bewusst aus deinem Alltag auszusteigen, wieder tiefer in deinem Körper anzukommen und das vergangene Jahr auf deine ganz eigene Weise abzuschliessen.

Wir bewegen. Wir fühlen. Wir werden still. Wir begegnen unseren Grenzen und unserer Kraft. Wir lassen los, was nicht mehr mit ins neue Jahr gehört. Und wir geben dem Raum, was neu entstehen möchte.

BODY · MIND · SOUL

Das Advent Women Retreat ist eine ganzheitliche Reise durch Körper, Geist, Seele und Emotionen.

Körperarbeit, Bewegung und bewusste Aktivierung treffen auf Meditation, Sound Healing, systemische Elemente, Rituale und tiefe Momente der Stille.

Dabei geht es nicht darum, noch mehr zu tun.

Es geht darum, wieder zu spüren.

Deinen Körper. Deine Grenzen. Deine Kraft. Deine Bedürfnisse. Dich.

Wir schaffen Raum für Selbstliebe, Verbindung, Loslassen und innere Prozesse – getragen von einem geschützten Frauenkreis und der besonderen Ruhe der Berge.

THE THRESHOLD · BODY & BOUNDARIES · RELEASE · NEW BEGINNING

Die vier Tage führen dich durch einen bewussten Prozess.

Wir beginnen mit einer Opening Ceremony und treten gemeinsam aus dem Alltag in unseren Retreat-Raum ein.

Wir kommen im Körper an, erforschen unsere Grenzen und unsere eigene Kraft. Wir schaffen Raum für das, was sich zeigen und lösen möchte. Wir verabschieden das vergangene Jahr bewusst und zelebrieren das Loslassen.

Und am Ende richten wir unseren Blick nach vorne:

Was darf bleiben? Was darf gehen? Und was darf neu beginnen?

Dazwischen bleibt ganz bewusst viel Zeit für dich – für Stille, Natur, Wellness, Rückzug, Genuss und all das, was gerade da sein darf.

Ein Retreat nur für Frauen

OMAIA ALAYA

DE ORT WO ALLES DÖRF SII

Dieses Retreat findet bewusst in einem kleinen, geschützten Frauenkreis statt.

Die Plätze sind limitiert, damit ein persönlicher und sicherer Raum entstehen kann, in dem jede Frau gesehen wird und ihren eigenen Prozess erleben darf.

Vier Tage in den Bergen. Vier Tage für deinen Körper, deine Seele und dein Sein. Vier Tage, um das Jahr bewusst abzuschliessen und dem Neuen Raum zu geben.

im sein, so sein.

Wenn du spürst, dass diese Tage für dich sind, dann sei dabei.

Die Plätze sind limitiert.

Anmeldungen unter info@omaiaalaya.ch oder direkt über das Panorama Hotel Braunwald