



Regula unterrichtet und begleitet das Fertigen von Skulpturen oder praktischen Objekten in Stein. Sie kreiert liebevoll Raum und Vertrauen frei nach Pippi Langstrumpf : Ich habe das noch nie gemacht, also kann ich es.



Anja begleitet das in Einklang kommen von Körper und Geist in einer achtsamen und wohlthuenden Yogaeinheit zum Start in den Tag und einem entspannten und friedvollen Ausklang am Abend.



ANJA WOLF – YOGA
REGULA ZWICKY -
BILDHAUERIN

WORKSHOP STEINE UND YOGA

EINE MAGISCHE
KOMBINATION FÜR
KÖRPER UND GEIST

20. bis 25.Juni
und
06. bis 11.Sep
2026

GRADOLI, ITALIEN
La Montagnola Retreat

895,- Euro pro Person inklusive:
5 Nächte in liebevoll eingerichteten Doppelzimmern.
5x Frühstück und 4x Mittagessen mit lokalen, herrlichen Zutaten.
Wasser, Tee, Kaffee
8 x Steinbildhauerei. Werkzeug.Material
8 x Yoga. Matten sind vorhanden
Nicht inklusive:
Abendessen in lokalen Restaurants
Anreise nach Rom. Transfer
Info und Anmeldung:
lamontagnolaretreat@outlook.com
+39.3891642262



„Je mehr Körper und Geist harmonisieren, desto leichter erfassen wir die dreidimensionale Arbeit am Stein. Wir erfahren die Faszination einer langsamen Verwandlung dieser nur scheinbar starren Materie“ (Regula)



“Yoga ist das Zur Ruhe Bringen der Bewegung im Geist“ (Patanjali)

