Dein Pilates Retreat vom 25.-27. August 2027

Autumn Glow
Pilates Retreat

Der Herbst lädt dich ein, zu entschleunigen, loszulassen und neue Energie zu sammeln. In diesem Retreat darfst du Körper und Geist wieder in Balance bringen, deine Seele baumeln lassen und die Augen zum strahlen bringen.

25. - 27.August 2027
Le Petit Chateau No 10
in Bensheim

Retreat Highlights

- verschiedene Pilates-Einheiten
- Special: eine Yin Yoga Einheit
- Zeit für DICH
- Sauna & HotTub
- Stilvolle Unterkunft
- Gemeinsame Mahlzeiten & inspirierende Gespräche

Frühbucher bis 31.12.2026
599 Euro pro Person im EZ
499 Euro pro Person im DZ

Regulär ab 01.01.2027
649 Euro pro Person im EZ
549 Euro pro Person im DZ

Weitere Infos zur Anmeldung, Zahlung und den AGB´s erhälst du nach deiner Buchungsanfrage.

Safe Your Spot Today!

Buchungsanfrage an:
kontakt@pure-pilates.de

Was dich erwartet

RECHARGE BODY, MIND & SOUL

Um wieder aufzutanken, reicht oft schon eine kleine, aber intensive Auszeit. Der Sommer geht zu Ende und der beginnende Herbst lädt ein, zur Ruhe zu kommen und neue Energie zu sammeln. Genau das erwartet dich im „Autumn Glow“, deinem Pilates Retreat im wunderschönen Bensheim im Odenwald. Tage voller Bewegung, gutem Essen, Leichtigkeit und Ruhe – mit verschiedenen Pilates-Einheiten, einer Yin Yoga Einheit und von dir selbst gewählter Entspannung in Form von Spaziergängen, Zeit zum lesen oder für Sauna und Hot Tub. Reguliere dein Nervensystem und finde zurück in deinen Rhythmus, deine innere Balance und zu deinem Strahlen.

Das sind wir:

Instagram: pure_pilates.de

Hi, ich bin Sindi,
zertifizierte Pilates-Trainerin (Matte, Kleingeräte, PSM), Master Präventionstrainerin i. A. (Schwerpunkt Osteoporose & Stressbewältigung) und Veranstalterin des Autumn Glow Retreats. In meinen Kursen liegt der Fokus auf Kräftigung und Mobilisierung, Wahrnehmung und Achtsamkeit für eine starke Mitte und ein gesteigertes Wohlbefinden. “Life is easier, when you feel comfortable in your own body.”

Instagram: wohl.fuehl.yoga

Hi, ich bin Franzi,
Yin Yoga Teacher mit Schwerpunkt Yogatherapie, Prä- und Postnataler Weiterbildung und Sound Healing Ausbildung. Meine Kurse stehen für Langsamkeit, Ruhe und Achtsamkeit. Angelehnt an die traditionelle chinesische Medizin biete ich dir die Möglichkeit, deinen Körper und deinen Geist wieder in Balance zu bringen.

Instagram: yvi.schaefer

Hi, ich bin Yvi,
Zertifizierte Polestar Pilates Trainerin für Matte / Reformer, Präventionstrainerin i.A. und Pilatesflows Instruktorin. In meinen Stunden geht es darum, Spannungen loszulassen, wo wir zu viel tragen, und Kraft dort aufzubauen, wo sie gebraucht wird. So entsteht mehr Balance, Freiheit und ein neues Vertrauen in deinen Körper.

Location & Verpflegung

LE PETIT CHATEAU NO 10

Das 200 Jahre alte wunderschöne Le Petit Château No. 10 liegt ruhig inmitten einer liebevoll restaurierten Fachwerkhofreite in Bensheim. Ein verwunschener Ort, an dem Geschichte und Charme spürbar werden.

Im geschützten Innenhof öffnen sich die Türen zu fünf charaktervollen Gebäuden mit wunderschönen, individuell gestalteten Zimmern. Gemütliche Gemeinschaftsräume schaffen Raum zum Ankommen und Durchatmen. Die Retreat-Gruppe teilt sich dabei drei wunderschöne Badezimmer, stilvoll und mit viel Liebe zum Detail gestaltet.

Das Château vereint Rückzug und Gemeinschaft z.B. im Turmzimmer mit Billardtisch und im gemütlichen Kaminzimmer. Die überdachte Sitzecke im Innenhof und die kleine Sauna mit angrenzendem Hot Tub laden zum entspannen ein.

Hier, zwischen Fachwerk und Natur, darf Zeit ihre Bedeutung verlieren, und du darfst einfach im Moment sein, dich leicht fühlen und neue Freude in dein Leben lassen.

Die Pilates-/ Yoga-Einheit(en) finden im einzigartigen, lichtdurchfluteten Atelier Lumière statt – offen, inspirierend und voller Leichtigkeit.

Verpflegung:
Freu dich auf Brunch, Dinner und Snacks auf Basis einer frischen und vegetarische Küche. Gesund, lecker und mit ganz viel Liebe zubereitet.

Was dich erwartet:
2x Übernachtung
2x Brunch (Do,Fr)
2x Abendessen (Mi, Do)
gesunde Snacks
Getränke (Wasser, Tee, Saft, Kaffee) inkl.
verschiedene Pilateseinheiten
eine Yin Yoga Session

Check-in Mittwoch ab 15 Uhr
Check-out Freitag bis 11 Uhr

Wichtig:
Eigene Bettwäsche und Handtücher mitbringen!

Dein möglicher Tagesablauf:
08:30 Uhr Pilates
10:00 Uhr Brunch
11:30 Uhr Zeit für dich:
Spaziergang in der Natur, Lesen, entspannen in der Sauna oder einfach mal nur sein.
16:00 Uhr Pilates
17:30 Uhr Yin Yoga
19:00 Uhr Abendessen
20:30 Uhr gemütlicher Ausklang
Austausch am Kamin oder draußen im gemütlich Innenhof.

*Das finale Programm erhältst du kurz vor der Anreise.