

# Pferdenaturell Retreat Lungau

## Programm

### Buchen

- 3 Zimmer Doppelbetten oder als Einzelzimmer buchbar
- Storno 20 Tage vor Reiseantritt: 50% des Preises zu zahlen
- Storno 10 Tage vor Reiseantritt: 80% des Preises zu zahlen
- Storno 7 Tage vor Reiseantritt: 100% des Preises zu zahlen

### Mitnehmen

- Videos von euch, mit euren Pferden und eurem Umgang mit ihnen.
- Bild des ganzen Pferdes, von der Seite und von vorne.

(Bitte Videomaterial und Fotos bis spätestens 8.5.2026 per E-Mail an [barbara@pferdenaturell.de](mailto:barbara@pferdenaturell.de) schicken.)

- Handtücher
- Hüttenschuhe, Wollsocken
- Hüttenschlafsack
- Taschenlampe

### Generell

- Der Ablauf des Programms ist bewusst flexibel. Alle Zeiten sind Richtwerte. Wir passen sie an Wetter und Gruppendynamik an.
- Die Nachbarhütte, direkt neben der Granglerhütte wird während des Retreats zur „Hütte Pferdenaturell“!
- Das Essen ist vegetarisch oder vegan
- Es gibt kein WLAN und kein Mobilfunknetz.
- Das Retreat ist als Nichtraucher-Veranstaltung gedacht.



Donnerstag, 18.6.2026

## Ankommen & Verbinden

### Anreise

- Adresse: A-5573 Weißpriach
- Telefon: 0049 1515 3242 115 (Barbara)  
ACHTUNG! Oben auf der Hütte ist kein Handy-Empfang. Nur unten in Weißpriach.
- Die Hütte erreichst du zu Fuß, per Fahrrad oder über die kostenpflichtige Mautstraße mit dem PKW. Parken kannst du am Wanderparkplatz. Diesen erreichst du nach passieren einer Schranke. Die ist kostenpflichtig: ca. 8 Euro
- Kleiner Spaziergang mit Gepäck. Leichte Steigung auf Kiesweg.  
Nach gemütlichen 15 Minuten das Quartier beziehen.

ab 13:00 Check-in

14:30 Kennenlernen am Gebirgsbach  
Kaffee/Tee und Kuchen genießen

- Einführung in die Energiearbeit nach Kabir Jaffa mit Anna Will, für eine bewusstere Begegnung mit deinem Pferd
- Abendessen in der Hütte



Freitag, 19.6.2026

## Inneres Wachstum & Analyse

- Yoga mit Anna Will (vor dem Frühstück)
- Frühstück
- Körperbewusstseinsarbeit mit Anna
- Führübungen nach Chi horsing®, Partnerarbeit mit Barbara
- Mittagessen
- Gesprächsrunde zum Pferdebewusstsein anhand der mitgebrachten Bilder und Videos mit Anna und Barbara
- Kleine Überraschungszeremonie mit Anna
- Anteilarbeit mit Barbara zu den Themen: Anmut, Angst, Unsicherheit, Würde.... was eben für dich gerade wichtig ist
- Abendessen



Samstag, 20.6.2026

## Energie und Achtsamkeit

- Yoga mit Anna (vor dem Frühstück)
- Frühstück
- Körperarbeit mit Shiatsu mit Anna
- Energiebewusstsein im Umgang mit dem Pferd, mit Barbara
- Mittagessen
- Gesprächsrunde zum Pferdebewusstsein anhand der mitgebrachten Bilder und Videos mit Anna und Barbara
- Kaffee/Tee und Kuchen
- Spaziergang zum Wasserfall und zurück
- Grillabend am Lagerfeuer



Sonntag, 21.6.2026

## Selbsterkenntnis & Abschluss

- Sanfte Körperarbeit

- kleiner Brunch

- Reflexion über das eigene Selbst.

Mit der Frage: Spürst du den Wandel und welche Erkenntnisse hast du erhalten?

- Fragen und Antworten

11:00 Verabschiedung am Gebirgsbach

