Gäste-Information

Yoga Retreat – Karunahaus Unterwasser · Version November 2026

> Herzlich willkommen. Hier findest du alles Wichtige rund um deinen Aufenthalt.

Tipp für Wiederkehrende

Für 2027 gibt es zwei Retreats im Toggenburg (29. April–2. Mai & 2.–5. September). Gib einfach deine Zimmernummer an – ich versuche, es dir wieder zu reservieren.

Unterkunft – Karunahaus, Unterwasser

Ein ruhiger Ort am Fusse des Säntis. Bitte bring mit: Frottiertuch und Hausschuhe. Duschen und Bäder befinden sich auf dem Flur.

> **Das Karunahaus ist ein Seminarhaus, kein Hotel.**
> Wir beziehen die Betten am Ende selbst neu und hinterlassen die Räume in gutem Zustand.

Verpflegung

Vegetarische, regionale und liebevoll zubereitete Küche.

- Besondere Bedürfnisse bitte im Voraus mitteilen
- Eigene Lebensmittel dürfen mitgebracht werden

Hinweise

- Alkoholfreies Areal
- Rauchen nur in der markierten Zone nähe Hauseingang
- WLAN vorhanden, aber nicht überall
- Gelegentlich ist eine Katze im Haus, diese darf nicht in die Schlafzimmer
- Keine Kerzen oder Räucherstäbchen im Zimmer
- Getränke bitte nur in verschlossenen Flaschen (Zimmer & Yogaraum)

Karma Yoga

Im Sinne der Gemeinschaft unterstützt jede Person einmal kurz beim Aufräumen nach einer Mahlzeit – ca. 15 Minuten. Das stärkt die Verbindung und ist Teil des Retreats.

Lage

Das Karunahaus liegt naturverbunden auf 1068 m ü. M. mit Blick auf die Churfirsten und in der Nähe der Thurwasserfälle.

Anreise

Ankunft: Donnerstag ab 16.00 Uhr möglich. Wir begrüssen uns um 18.00 Uhr vor dem Abendessen.

> **Öffentlicher Verkehr**
>
> Zug nach Nesslau-Neu St. Johann oder Buchs SG, weiter mit dem Postauto bis Unterwasser (Post). Von dort ca. 25 Minuten zu Fuss über den Weg des Wassers.
>
> *Gepäckabholung 16.10 / 16.15 Uhr auf Anmeldung bis Sonntag vor dem Retreat möglich.*

> **Auto**
>
> Ca. 90 Minuten ab Zürich, St. Gallen oder Bodensee. In Unterwasser Post Richtung Chüeboden, nach der Schreinerei Giezendanner rechts über die kleine Brücke. Für Fahrgemeinschaft bitte melden.
>
> *Parkplätze: ca. 6 kostenlos vor dem Haus, weitere in der Nähe (CHF 5.– / Tag), übernimmt Pascal.*

Packliste

- Frottiertuch & Hausschuhe
- Trinkflasche
- Bequeme Kleidung, warme Schichten, Schal & Socken
- Badehose und Zusatztuch
- Persönliche Hilfsmittel (Kissen etc.)

> **Yogamaterial ist vor Ort vorhanden.**

Abreise

- Abreise am Sonntag um ca. 12.00 Uhr (nach Brunch und Abschlussrunde)
- Bettwäsche in die Waschküche bringen und Bett neu beziehen
- Gepäck kann bis zur Abreise im Zimmer bleiben

Zahlung & Stornierung

Der Gesamtbetrag ist innerhalb von 14 Tagen nach Anmeldung fällig.

Zeitraum	Stornogebühr
Bis 120 Tage vorher	**CHF 100.–**
119–90 Tage vorher	**25 %**
89–60 Tage vorher	**50 %**
59–30 Tage vorher	**75 %**
29–0 Tage / Nichtanreise	**Voller Betrag**

Ich empfehle den Abschluss einer Reiseversicherung.

Haftung & Datenschutz

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung. Alle persönlichen Daten werden vertraulich behandelt.