



Pilates Retreat in der Urner Bergstube

4 Tage | 2. – 5. Juli 2026

Cortinella, Alpine Hideaway, Gurnellen UR

Sehnst du dich nach einer Auszeit vom Alltag?
Danach, tief durchzuatmen, dich zu bewegen und
wieder ganz bei dir anzukommen? Dann komm mit
in die Berge! Umgeben von majestätischen Gipfeln
und klarer Alpenluft erwartet dich in unserer
gemütlichen Bergstube ein Wochenende voller Pilates,
Achtsamkeit und Self-Care.

Hier oben zählt nur eines: DU.
Mitten im Bergsommer öffnen wir unsere Türen
für eine ganz besondere Auszeit. Durch Bewegung,
Atemübungen und kleine Wohlfühlrituale tankst
du neue Energie und findest mit Leichtigkeit in
deinen Flow.

Vorerfahrung? Brauchst du nicht. Ob Neuling oder
Pilates-Fan – alles kann, nichts muss.



Dein Erlebnis

Pilates | Kraft tanken am Morgen
und Nachmittag | **Mindful Moments**
Durchatmen und Klarheit finden
Silent Walk und Spaziergänge
Den Kopf freibekommen | **Self-Care & Spa**
Entspannen und Hot-Tub-Glück geniessen
Kreative Auszeit | Deine Vision auf Papier
bringen, Intentionen setzen | **Gemütliche
Abende in der Bergstube**

Das Programm ist freiwillig, du kannst dich auf
so viele Einheiten einlassen, wie du möchtest.



Ein Rahmen

Alles kann, nichts muss

Donnerstag

Ab 14:00 Check-in,
Ab 16.00 Eröffnungsrunde, Nachmittagsflow,
Willkommensapéro mit Blick auf die Berggipfel

Freitag

Morgenflow, Zeit für Spa, Ruhe oder ein gutes Buch,
Nachmittagsflow

Samstag

Silent Walk, Kreativer Workshop,
Nachmittagsflow

Sonntag

Morgenflow, Abschlussrunde,
Check-out bis 13.00



Deine Auszeit beinhaltet

3 Nächte im Cortinella | Alle Aktivitäten

Hot Tub | Veganer Brunch, veganer Zvieri,
veganes Nachtessen | **Früchte, Nüsse, Tee,**
frisches Bergwasser zur freien Verfügung

Material: Matte, Decken, Blöcke

Limitierte Plätze!

Einzelzimmer: CHF 1145.- pro Person

Doppelzimmer: CHF 945.- pro Person

Dreibettzimmer: auf Anfrage und je nach

Verfügbarkeit

Im Haus gibt es 3 Duschen und 4 Toiletten, welche wir uns gemeinsam teilen. Es gibt zusätzlich eine Galerie und ein gemütliches Wohnzimmer. Die Zimmereinteilung erfolgt in der Reihenfolge der Reservierungen. Wir legen Wert auf eine familiäre Atmosphäre mit Raum für Rückzugsmöglichkeiten.

Nicht inbegriffen: Transport für An- und Rückreise, Seilbahn, Versicherung, Süssgetränke, Alkoholische Getränke

Bitte beachten: Die Anreise zum Cortinella erfolgt über eine sehr kleine Seilbahn (4-6 Plätze) von zwei möglichen Talstationen, gefolgt von einer 30-40-minütigen leichten Wanderung. Wir empfehlen, einen Rucksack und wenig Gepäck mitzunehmen, da dieses von der Seilbahn bis zum Haus getragen werden muss.

Weitere Bestimmungen: Versicherungen sind Sache der Teilnehmenden. Wir empfehlen, eine Reiseannullations-Versicherung abzuschliessen.

Die Pilates Stube und die Lehrpersonen lehnen jede Haftung für Personen- und Sachschäden ab.

Für Buchungen und weitere Fragen stehen wir dir gerne zur Verfügung unter info@pilates-stube.ch

