

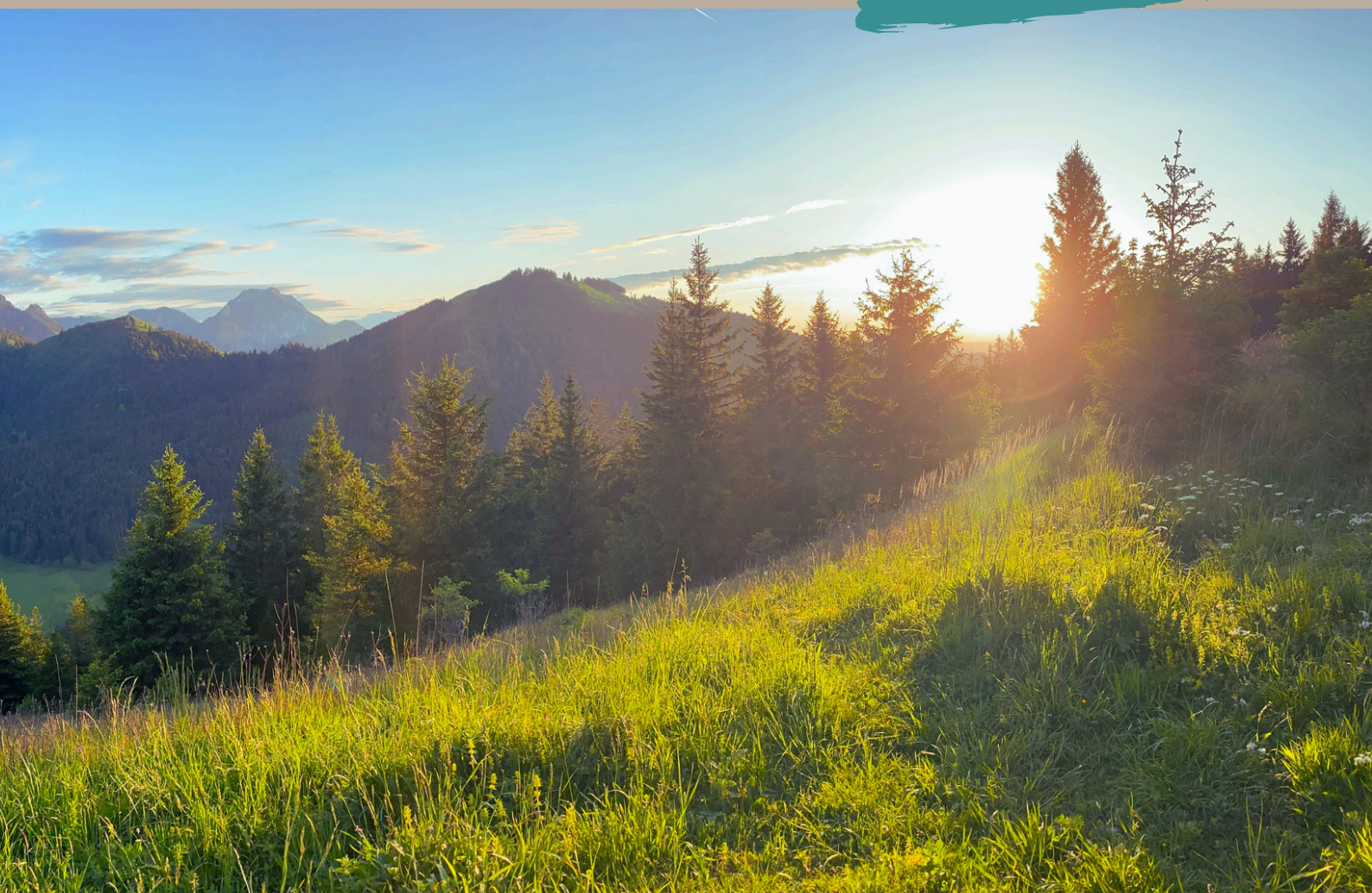
3 Tage

HÜTTE - YOGA - BERG

Back to basic – Hüttenwochenende am Samerberg



23. bis 25. Oktober





Herzlich Willkommen am Samerberg

Ein Wochenende auf der Hütte Kein Schnick-Schnack. Gemütlichkeit. Yoga. Berg.

... und ein Saunafass vor der Tür.

Ganz nach dem Motto „back to basic“ verbringst du ein Wochenende in traumhafter Kulisse mit viel Bergluft, Yoga, Wandern, Training, Sauna und gutem vegetarischen Essen. Und das direkt im Voralpenland.

3 Tage Hüttenflair – auf der wildromantischen Weyereralp am Samerberg. Die Hütte wurde 1688 erbaut und befindet sich seither in liebevollem Familienbesitz. Mit einem traumhaften Blick auf die Hochries liegt sie wunderschön abgelegen und ist dennoch gut erreichbar.

Mit Saunafass
vor der Hütte!

Unser Programm

Yoga, Workout, Sauna und
Hüttenflair.

Neben einer täglichen Yoga-Einheit stehen Wanderungen und Workouts auf dem Plan. Dazwischen sitzen wir entweder auf einem Gipfel oder in unserer gemütlichen Stube und lassen die Seele baumeln... oder schwitzen in der Sauna!

Die Abende verbringen wir ganz ungezwungen in gemütlicher Runde z.B. mit einem Gläschen (Glüh-) Wein, guten Gesprächen oder dem ein oder anderen Gesellschaftsspiel – Hüttenfeeling pur!





Unsere Unterkunft - die Weyereralm

Einfach, gemütlich und traumhaft schön.

Die Stubn schafft ein wundervolles Ambiente für unsere wohltuenden Yoga-Einheiten, urige Hüttenabende und sportliche Tage am Berg. Die Hütte verfügt lediglich über 5 Zimmer, in denen wir maximal 16 Gäste beherbergen werden. Und damit wir nach einem Tag mit viel Bewegung und frischer Luft auch gemütlich in den Abend starten können, gibt's vor der Hütte unser eigenes Saunafass.

Man muss nicht immer weit weg fahren, um entspannen zu können. Wir sind der Meinung, dass die Weyereralm genau der richtige Ort für Entschleunigung, frisch gekochten Hüttenschmankerln und wertvollen Begegnungen ist.

www.weyererhof.de



Unser Team

Trainer – mit Knowhow, Herz und KörperGfui.

Drei Freund:innen, Kollegen:innen und Seelenverwandte: Das sind wir - Benni, Lisa und Steffi. Eine bunte Mischung aus Personal Trainer:innen, Sportwissenschaftler:innen, Bergliebhaber:innen, Physiotherapeuten:innen, Natur-Junkies und Foodies. Gegründet 2021 für Trainings mit Herz und Verstand, kreieren wir Reisen an wundervolle Orte, von denen man gar nicht genug bekommen kann! Mind. 2 Trainer werden bei der Reise dabei sein.



Das sagen unsere Teilnehmer:innen



Teresa aus Rosenheim

Schwierig in Worte zu fassen, was ihr Drei leistet... voller Hingabe habt ihr uns ein unfassbar tolles Wochenende beschert - AlmGfui im April 2024. Es war eine unglaubliche tolle Erfahrung für mich.

Ihr habt ein sehr tolles Programm auf die Beine gestellt, die Sport-Yoga-Workout-Einheiten waren mit den Wanderungen perfekt abgestimmt, gekrönt wurde das Wochenende mit der sehr leckeren Verpflegung (Preis/Leistung: TOP). Sehr professionell und mit viel Leidenschaft macht ihr eine tolle Arbeit!



Bianca aus Erlangen

Ich war bei Almgfui dabei und für mich ist es ein super entspanntes und sehr schönes Wochenende gewesen. Mit viel Spass, tolles Yoga, anspruchsvolles Workout mit viel Spaß, sehr schöne Wanderungen und schöne Spieleabende. Danke für die tollen Gespräche und ein ganz großes Lob an die Küche. Das Essen war mega lecker. Unter Anderem habe ich zum Abschluss den besten Kaiserschmarrn gegessen! Das Team von Körpergfui ist super und die Stimmung ist immer sehr harmonisch mit ihnen.



Lisa aus München

Körpergfui ist nicht nur ein Name - für Steffi, Lisa und Benni ist das eine Leidenschaft. Und genau das merkt man in allem was sie machen. Unser Wochenende am Samerberg war eine perfekte Mischung aus Yoga, Wandern, knackigem Workout, gemeinsamen Erlebnissen, viel Lachen, unendlich gutem (von den Dreien selbstgemachtem) Essen und einem so herzlichen Vibe, den man nur erzeugen kann, wenn man liebt, was man tut. Und das tun die drei.

Danke für das wundervolle Wochenende!



Das erwartet dich

Freitag

- 15.00 Uhr Treffpunkt am Parkplatz Spatenau und gemeinsamer Aufstieg zur Weyereralm (ca. 20min)
- 17.00 Uhr Yogaflow "Kopf aus, Herzerl auf"
- ab 18.30 Uhr Sauna, Lagerfeuer und Abendessen

Samstag

- 08.30 Uhr Ganzkörper-Workout mit Bergblick
- 09.30 Uhr Almfrühstück
- 11.00 Uhr je nach Wetter: Malerische Wanderung durch die Samerberger Filze oder auf einen der umliegenden Gipfel (z.B. Feichteck)
- im Anschluss "Zeit für dich: Nimm dir, was du brauchst": Sauna, Nickerchen, usw.
- 17.00 Uhr "G'schmeidig und entspannt" – Achtsamkeits-Yoga
- 18.30 Uhr griabig-kulinarischer Hüttenabend

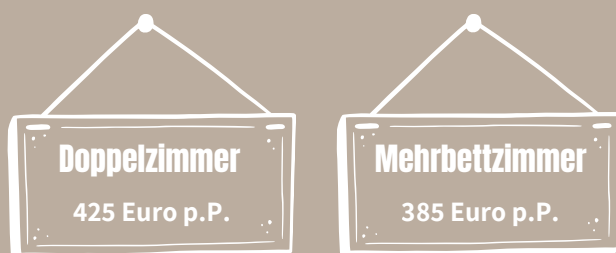
Sonntag

- 08.00 Uhr Guten Morgen Yoga
- 09.00 Uhr ausgiebiges Sonntagsfrühstück
- 10.30 Uhr Gipfelwanderung (z.B. Hochries) mit Ausblick über den wunderschönen Chiemgau
- ca. 15.00 Uhr süßes Almschmankerl auf der Weyereralm zum Abschluss

Um flexibel auf eure Wünsche und die Stimmung der Gruppe, sowie natürlich auch auf das Wetter reagieren zu können, behalten wir uns Programmänderungen vor.



Preise



Unsere Unterkunft verfügt über 5 urige Schlafzimmer, die bereits mit Decken/Kissen, Bettwäsche und einem Handtuch ausgestattet sind.

Falls du alleine reist, kannst du auch einen Platz in einem Doppel- oder Mehrbettzimmer anfragen und wir versuchen, eine:n Zimmer-Partner:in für dich zu finden.

Die Preise sind inkl. 2 x Abendessen, 2 x Frühstück, Almschmankerl, Snacks und Bergsteigerbrotzeit. Das Leitungswasser ist Trinkwasser. Kaffee & Tee gibt's gratis.

Da die Hütte über 400 Jahre alt ist, ist sie nicht nur besonders urig, sondern auch noch ziemlich authentisch. Das bedeutet, dass wir uns ein Badezimmer und WC teilen werden. Waschmöglichkeiten sind vorhanden. Eine Duschmöglichkeit gibt es je nach Witterung (kein Frost) vor Ort außerhalb der Hütte oder ca. 20min fußläufig entfernt auf dem Weyererhof.

Verpflegung

Auf dem Menüplan stehen unsere persönlichen vegetarischen Hütten-Liebblingsgerichte.

Falls du Allergien oder Unverträglichkeiten hast, dann lass es uns bitte bereits bei deiner Buchung wissen, damit wir für eine entsprechende Alternative sorgen können.

Stilles Wasser, Tee und Kaffee gibt's kostenlos so viel du möchtest. Alle weiteren Getränke (wie z.B. Bier, Wein und alkoholfreie Getränke) kannst du dir vor Ort nehmen und am Ende der Reise bar bezahlen.

Anreise

Wanderparkplatz "Spatenau" (gebührenpflichtig)

Falls du öffentlich anreist, können wir gegen Aufpreis einen Transfer ab dem Bahnhof „Rosenheim“ organisieren.

Packliste

- Saunatuch & ggf. Waschlappen
- Schlafsack oder Wärmflasche, falls du leicht frierst
- Hausschuhe oder Kuschelsocken
- gemütliche und warme Klamotten
- Sportsachen für Yoga, Wandern & Outdoor Workout
- Tagesrucksack & Trinkflasche
- wenn du magst: Wanderstöcke und (bei Schnee) Grödel
- Sonnenschutz
- Brotzeitbox für deine Wanderung
- Taschen- oder Stirnlampe (kein Strom nachts)
- ggf. Bargeld für Hütteneinkauf
- gerne: Spiel für Hüttenabend



per Email an: servus@koerpergfui-rosenheim.de

ALM *Gfui*
2026

Dein Einverständnis

... danke für deine Unterstützung!

Verarbeitung von Bild- und Filmmaterial

Wir fertigen bei der Veranstaltung ggf. Fotos und Videos an. Das Bildmaterial wird den Teilnehmer:innen als Erinnerung zur Verfügung gestellt und wird zur Darstellung unserer Aktivitäten auf der Website, auf den Social-Media-Kanälen und in Printmedien veröffentlicht.

Ich bin damit einverstanden, dass während der Veranstaltung Fotos und Videos gemacht werden, auf denen ich zu sehen bin, die unter den Teilnehmer:innen als Erinnerung geteilt und zu Marketingzwecken benutzt werden dürfen. Ebenso bin ich damit einverstanden, dass die Bilder/Videos gespeichert werden.

☐ ja

☐ nein

Haftungsausschluss

Ich versichere, dass ich alle Fragen über meinen Gesundheitszustand wahrheitsgemäß und vollständig beantwortet habe. Beschwerden jedweder Art oder Unwohlsein teile ich den Trainer:innen unverzüglich mit. Ich erkläre, dass ich mich zum Zeitpunkt der Veranstaltung körperlich, geistig und seelisch sportgesund fühle, und dass ich freiwillig, auf eigene Verantwortung und auf eigenes Risiko teilnehme.

Mir ist bewusst, dass das falsche oder unachtsame Ausführen von Übungen gravierende Auswirkungen auf die Gesundheit haben kann.

Falls trotz fachkundiger Anleitung Folgeschäden auftreten, die darauf zurückzuführen sind, dass ich Ausschlussgründe verschwiegen habe, sind die Veranstalter:innen von jeder Haftung freigestellt.

Dies gilt auch für Schäden, die dadurch entstehen, weil ein Ausschlussgrund dem bzw. der Teilnehmer:in selbst nicht bekannt und für die Trainer:innen nicht erkennbar war.

Es besteht kein Haftungsanspruch gegenüber den Veranstalter:innen. Im Zweifelsfall sind Indikationen durch einen Arzt oder eine Ärztin abzuklären.

Ich bestätige hiermit bei dieser Veranstaltung auf eigene Verantwortung teilzunehmen.

Weder Veranstalter:in noch Trainer:innen können im Falle von Schäden und Verletzungen haftbar gemacht werden.

AGBs & Stornobedingungen

Ilm Anschluss an deine Anmeldung prüfen wir die Verfügbarkeit. Dann bekommst du von uns eine Rechnung, die du bequem überweisen kannst. Der Zahlungseingang gilt als Buchungsbestätigung.

Falls eine Teilnahme nicht möglich ist, fallen unabhängig von der Art der Bezahlung und dem Anlass folgende Stornierungsgebühren an:

- bei Abmeldung bis zu 41 Tage vor Veranstaltungsbeginn: 30 € Bearbeitungsgebühr
- bei Abmeldung zwischen 40 und 21 Tagen vor Veranstaltungsbeginn: 25% der Kosten
- bei Abmeldung zwischen 20 und 8 Tagen vor Veranstaltungsbeginn: 50%
- bei Abmeldung ab 7 Tagen vor Veranstaltungsbeginn oder bei Abwesenheit werden die gesamten Kosten in Rechnung gestellt.

Die Abmeldung muss schriftlich per Post oder an servus@koerpergfui-rosenheim.de erfolgen.

Eine Rückvergütung oder Minderung für vereinbarte, aber nicht in Anspruch genommene Leistungen von Unterricht und Verpflegung ist ausgeschlossen. Falls vom Kunden:in eine passende Ersatzperson für die Teilnahme gefunden wird, entfällt die Stornogebühr und es fällt lediglich eine Bearbeitungsgebühr von 30 € an.

Falls die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird oder der Kurs aus anderen Gründen nicht stattfindet (z.B. höhere Gewalt), ist die Abmeldung hinfällig.



➔ per Email an: servus@koerpergfui-rosenheim.de

ALM *Gfui*
2026

Kontakt & Infos

... damit wir uns optimal auf dich einstellen können.

Name, Vorname Geburtsdatum:

Straße: PLZ, Ort:

Handynummer: Email:

Wie bist du auf uns aufmerksam geworden?

Hast du körperliche Einschränkungen? ☐ nein Wenn ja, welche?
☐ ja

Nimmst du aktuell Medikamente? ☐ nein Wenn ja, welche?
☐ ja

Bist du schwanger? ☐ nein
☐ ja

Hast du eine Allergie oder ☐ nein Wenn ja, welche?
Lebensmittelunverträglichkeit? ☐ ja

Notfallkontakt: Ich teile mir das Zimmer mit:

Du möchtest uns noch etwas zu deiner Buchung sagen?

☐ Hiermit melde ich mich verbindlich zur Veranstaltung AlmGfui vom **23.-25. Oktober 2026** an:

☐ im Doppelzimmer ☐ im Mehrbettzimmer

☐ Ich habe beide Seiten gelesen, verstanden und stimme diesen zu.

.....
Ort, Datum

.....
Unterschrift

Bitte pro Person eine Anmeldung ausfüllen.

Die Angaben werden streng vertraulich behandelt und werden nicht an Dritte weitergegeben.

Teilnahme ab 18 Jahren.

Wir empfehlen dir den Abschluss einer Reiserücktrittversicherung.