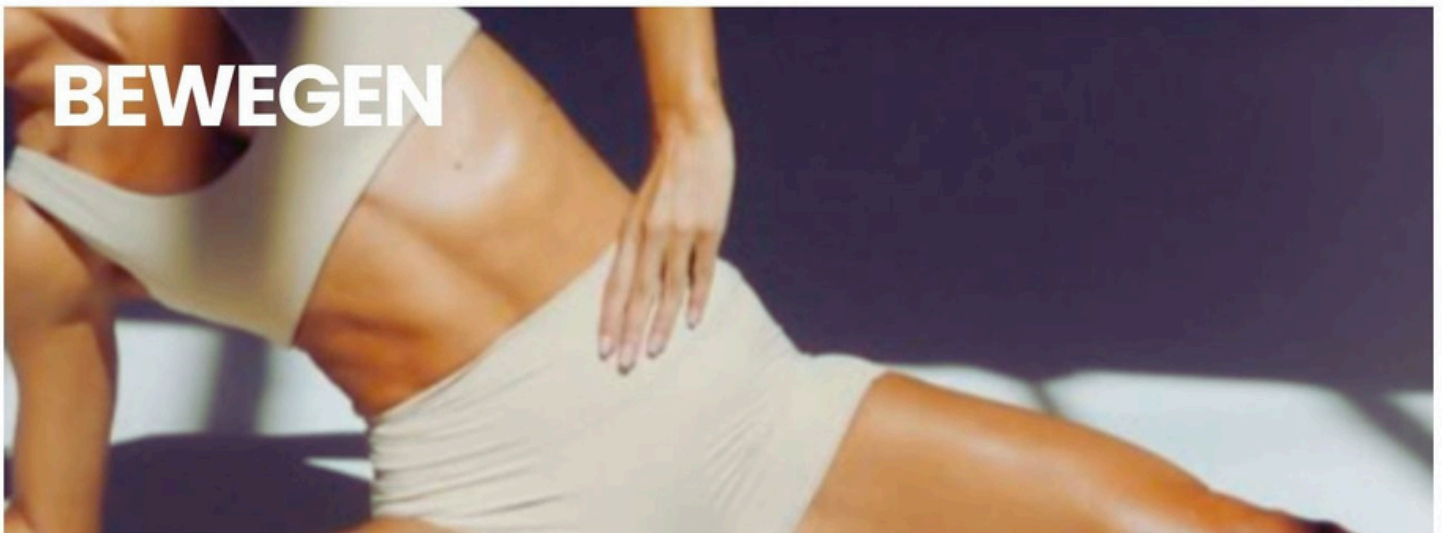


ROCKYA REST



Rock ya Rest

6.-9. NOVEMBER 2025



ROCKYA REST



Rock ya Rest

6.-9. NOVEMBER 2025

**DEIN ALLTAG
KANN WARTEN.
DU NICHT!**

**DEIN WOMEN WOHLFÜHL
RESTIVAL IN SÜDTIROL.**

**MIT BEGEGNUNG, STÄRKUNG
UND GENUSS.**



STELL DIR VOR...

Du wachst auf und blickst auf die beeindruckende Bergkulisse und die malerischen Weinberge Südtirols.

Der Duft von frisch gebrühtem Kaffee liegt in der Luft und ein gesundes, wohltuendes Frühstück erwartet dich.

ALLES IST VORBEREITET FÜR DICH.



EIN ORT ZUM AUFLADEN.



Ankommen, loslassen, sich bewegen und genießen. Mit Yoga und Pilates für einen kraftvollen Start in den Tag
Willkommen bei RockYaRest.

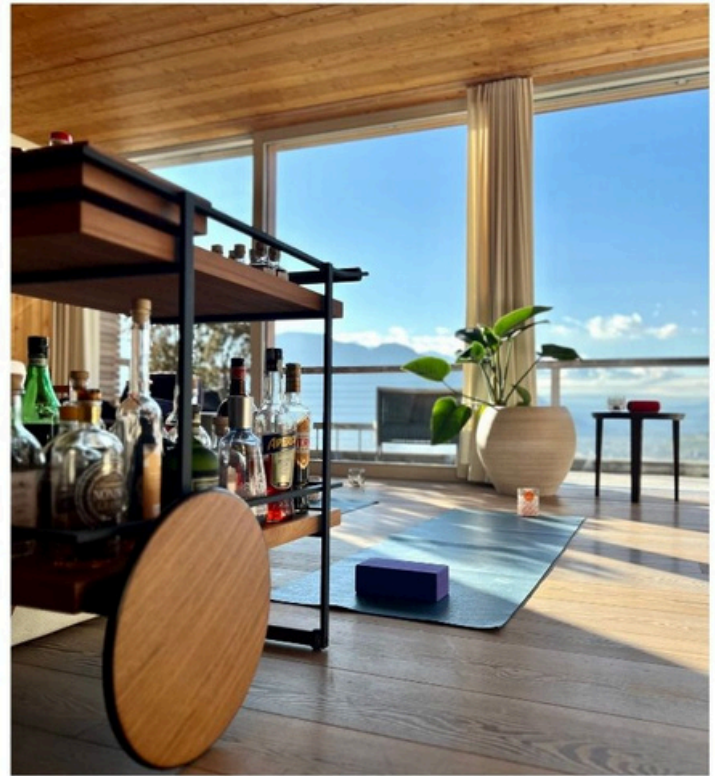
NOW, LET'S ROCK YA REST.

Magie entsteht, wo Menschen sich
verbinden.



DAS LEBEN GEMEINSAM FEIERN.

RockYaRest ist eine wertvolle Auszeit,
wo Lebensfreude auf Tiefgang
trifft – für Frauen, die Inspiration
suchen, gemeinsam genießen und sich
gegenseitig stärken.



HIER TRIFFT SELF CARE AUF WEIN UND LEBENSFREUDE.



NEU MIT YOGA-LATES.

Yoga-Lates vereint das Beste aus dem Yoga und Pilates für mehr Beweglichkeit, Stärke und Balance.

Die dynamischen Übungen formen deinen Körper deutlich, während du gleichzeitig deine Koordination und Stabilität verbesserst.

MITMACHEN UND SICH GUT FUHLEN.



ENTDECKE DEN NEUEN TREND FÜR MEHR KÖRPER- DEFINITION.

Jeden Morgen starten wir mit einer Session, untermalt mit motivierender Musik.





UNSERE INSEL DER BALANCE.

RockYaRest bringt dich zurück an einen Ort, der Stille, Natur und Entspannung vereint: die PERGOLA in Südtirol. Hier triffst du auf ein Refugium für Menschen, die Wert auf durchdachtes Design, natürliche Materialien und echte Gastfreundschaft legen.

Die PERGOLA vereint Luxus mit Liebe zum Detail, Komfort und einer familiären Atmosphäre. Zu den Highlights gehört der erst 2024 eröffnete neue Spa-Bereich mit Außenpool und Außengym.



WOHLFÜHLEN IN SCHÖNSTER NATUR.

Für ein paar Tage gehört das ganze Haus uns allein — so genießen wir die besondere Stimmung, das außergewöhnliche Design und die Geselligkeit in ihrer reinsten Form.

AUSZEIT DER EXTRAKLASSE.





FREU DICH AUF:

Aktivität, Austausch, Genuss und Kultur – dein Erlebnisrahmen steht.

- 4 Tage & 3 Nächte im Luxury Holiday Home (inkl.)
- Sauna, Außengym und Pools exklusiv und nur für uns (inkl.)
- Täglich: Yoga-Lates Sessions mit anschließendem, ausgewogenen Frühstück mit lokalen Köstlichkeiten (inkl.).

Do.

- Welcome-Aperitif in Pergola (inkl.)
- Genussabend mit ganz viel Tradition: Erlebe die unvergleichliche Törggelle-Kultur Südtirols – ein Must-Taste (inkl.)

Fr.

- Zeit am Pool oder für "After Breakfast Walk" – wonach dir ist.
- Besuch eines wunderschönen, historischen Weinguts – inklusive Blindverkostung (ein besonderes Highlight), Rundgang durch den Weinberg und den einzigartigen Kunstgarten (inkl.)
- Dinner im ausgezeichneten Miil – laut Gault&Millau der kulinarische Höhepunkt der Region (optional & exkl.)

Sa.

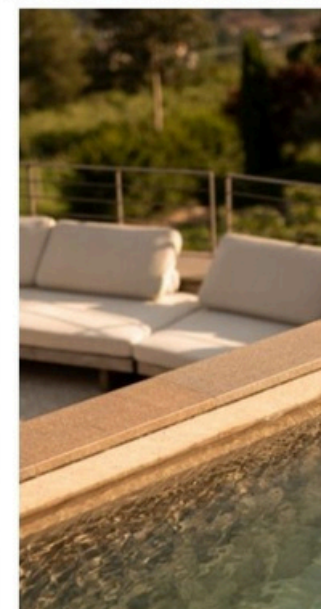
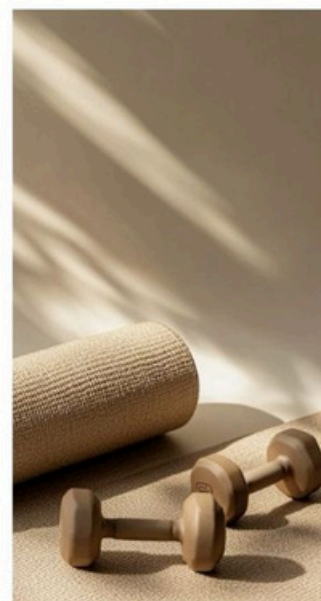
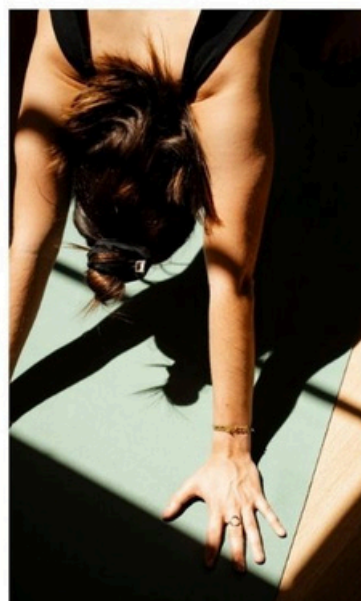
- Zeit für eine Wanderung oder einen Bummel durch Meran – ganz nach eigenem Belieben.
- Gemeinsames Dinner und danach (wer Lust hat): ein Absacker auf dem "Merano WineFestival." (exkl.)

So.

- Abschiedsrunde, Frühstück, dank Late Check-Out noch Zeit am Pool – und schließlich "Auf Wiedersehen".

Auf Wunsch

- Massagen, Physiotherapie oder Reiki-Sessions (exkl.)





VOM FOOD- START-UP ZUM BALANCE- RESTIVAL

Hallo, ich bin Carola – Yogalehrerin seit 16 Jahren. 2023 zogen wir von Hamburg nach Südtirol, und ich gründete RockYaRest.

Ursprünglich komme ich aus der Start-up-Welt und dem Bereich Healthy Food.

Auf der Suche nach einer Auszeit fiel mir auf: Viele Retreats sind ruhig und still – mir fehlte das Lachen, die Power, der Genuss. Ich wollte einen Ort, der gut tut und Spaß macht: voll Energie, Leichtigkeit & Geselligkeit.



ICH HABE DIE KOMBINATION AUS BEWEGUNG UND FEIERN DES LEBENS VERMISST.

Im November bringe ich Yoga-Lates erstmals aufs Event: Mehr Power, mehr Genuss.

Doch es geht um mehr als Bewegung – es geht um Freude, Energie und spürbare Wirkung.

Die Restivals haben bereits enge Verbindungen und Business-Partnerschaften hervorgebracht. Ich freue mich, wenn du im November ein Teil davon wirst!





DEINE SUITE

Für 1-2 Personen:

- 60 m² pure Freiheit – inklusive 40 m² Sonnenterrasse mit voller Privatsphäre.
- Küche, großzügiger Wohnbereich und entspannte Relax-Area mit Sofa.
- Umgeben von grünem Paradies – der perfekte Ort zum Abschalten.



Für 3-4 Personen:

- 85 m² Wohnfläche – mit 40 m² Sonnenterrasse zum Entspannen.
- Zwei großzügige Bäder, eines mit Badewanne.
- Option 1: Zwei Doppelzimmer, eines mit eigenem Eingang und Verbindungstür zur Hauptsuite.
- Option 2: Ein Zimmer mit zwei Einzelbetten.
- Großer Wohnbereich, eigene Küche und gemütlicher Sofa/Relax-Area.
- Perfekt für unvergessliche Momente!



JETZT BUCHEN

Sichere dir deinen Aufenthalt jetzt zum Vorzugspreis, der für Buchungen bis zum 1. August 2025 gültig ist.

Alle, die bereits an einem Festival teilgenommen haben und jene die Member des RockYaRest Clubs sind, erhalten den Vorteilspreis in jedem Fall.

4er Suite:

(85 m², 2 Schlafzimmer mit jeweils 2 Doppelbetten und 2 Bädern)

Early Bird & Member-Preis: **nur 1.199 € p.P.** Normalpreis: 1.299 € p.P.

3er Suite:

(85 m², 2 Schlafzimmer, 2 Bäder, optional 2 Eingänge)

Early Bird/Member-Preis: **nur 1.299 € p.P.** Normalpreis: 1.399 € p.P.



2er Suite (60 m², 1 Schlafzimmer, Vollbad)

Early Bird/Member-Preis:

nur 1.399 € p.P.

Normalpreis: 1.499 € p.P.

Einzelsuite (60 m², 1 Schlafzimmer, 1 Vollbad – ganz für dich allein)

Early Bird/Member-Preis: **nur 1.699 € p.P.**

Normalpreis: 1.799 € p.P.



ANREISE

Direktflüge nach Bozen

Fliege bequem von z.B. Hamburg und Düsseldorf direkt nach Bozen – ab etwa 180 € pro Flug.

Beispiel: Hamburg-Bozen, Ankunft Donnerstag um 12:15 Uhr, Abflug Sonntag um 15:00 Uhr.

Buchung auf www.skyalps.com.

Aus Deutschland, Österreich und der Schweiz bequem mit dem Zug anreisen.

Aus Südtirol oder für alle Autofahrer: Parkplätze stehen vor Ort in der Pergola zur Verfügung.



Noch Fragen? Gerne jederzeit!
rockyarest@gmail.com
Mehr Impressionen: [@rockyarest](https://www.instagram.com/rockyarest)
(I): +39 338-1563142
(D): +49 172-2692449
(=WhatsApp)
www.rockyarest.com

ICH FREUE MICH AUF DICH!



ROCKYA REST



Rock ya Rest

6.-9. NOVEMBER 2025

**BUCHE
INNERHALB VON
24H...**



**NACH ERHALT DIESES
BOOKLETS UND SICHERE DIR
EINE MASSAGE ALS
WILLKOMMENSGESCHENK.**