

BERGSOMMER
28.06-03.07.2026

Offline^{DAS} 2026 Dorf

Holzgauerhaus, 1500 m ü. M.

www.offline-institute.com

Digital achtsamer. Mehr Lebenszeit. Weniger Bildschirmzeit.



ORT
HOLZGAUERHAUS,
LECHLEITEN, TIROL
1.500 M Ü. M.

DAUER
5 NÄCHTE VOR ORT

WANN
28.06. – 03.07.2026

PLÄTZE
25 TEILNEHMENDE

Das Offline Dorf

Das Offline Dorf ist ein Digital-Balance-Retreat in den Alpen, ein bewusst gestalteter Rückzugsort, an dem du erfährst, wie sich Zeit anfühlt, wenn sie nicht permanent unterbrochen wird.

Fünf Nächte. Keine Screens. Nur Menschsein.

Für ein paar Tage weniger Welt, weniger Rauschen, weniger Scrollen. Der Digital Detox ist dabei nie da, bevor du das Ziel. Er ist der Auslöser. Für bessere Gespräche. Für tieferen Schlaf. Für ein anderes Zeitgefühl. Für das Wiederentdecken dessen, was zwischen Benachrichtigungen oft verloren geht.

Das Offline Dorf ist ein geschützter Raum, um wieder zu spüren, wie es sich anfühlt, wirklich da zu sein – bevor du diese Erfahrung mit zurück in deinen Alltag nimmst.

Es ist Zeit Abzuschalten und Aufzuladen.

5 Tage ohne Smartphone. Umgeben von Wäldern und Weite. In einer Gemeinschaft von 25 Menschen, die bereit sind, sich auf das Wesentliche einzulassen. Schritt für Schritt wirst du dabei begleitet, Bildschirmzeit loszulassen und bewusste Lebenszeit zurückzugewinnen.

Bewusst begleitet

Fünf Grundpfeiler, keine Beliebigkeit:
Bewegung · Kreativität · Gemeinschaft ·
Entspannung · Reflexion

Begleitete Programm
Alpine Yoga, geführte Wanderungen,
Kräuterspaziergänge, Atemtechnik,
Meditation, Eisbaden,
Reflexionsgespräche am Feuer,
Outdoor-Feldküche und mehr.

Wobei das Offline Dorf dich unterstützen kann

- Mehr bewusste Lebenszeit im Hier und Jetzt
- Bildschirmzeit um die Hälfte reduzieren
- Aufmerksam und produktiver sein
- Reduktion von Stress
- Mehr Bewegung draußen
- Durch das „Mehr an Zeit“ sich selbst neu entdecken
- Verbessertes allgemeines Wohlempfinden
- Verbesserung der Schlafqualität
- Bessere Konzentrationsfähigkeit