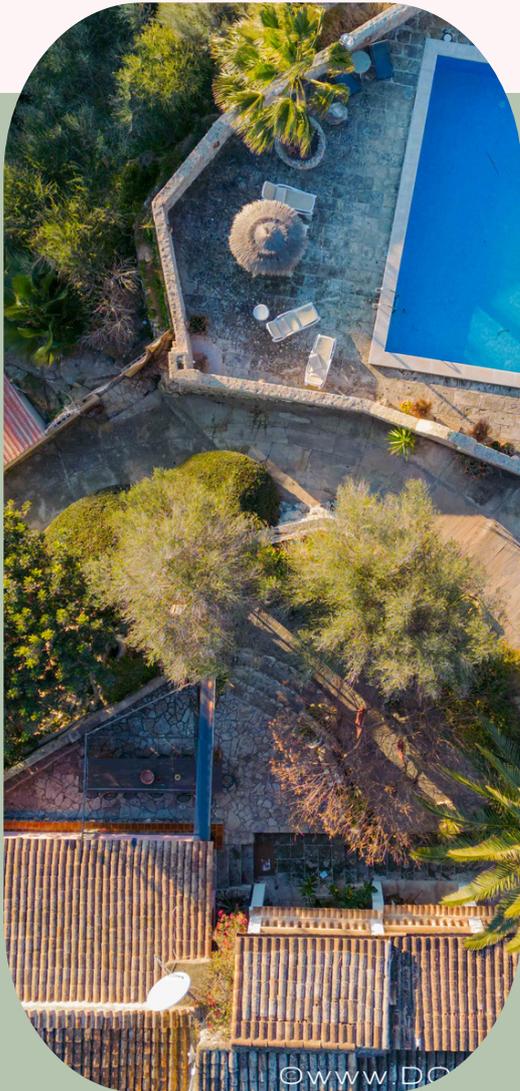


SUNNY SOUL RETREAT MALLORCA 26-30 MAI

Willkommen beim "Sunny Soul Retreat" auf der zauberhaften Insel Mallorca! Hier erlebst du fünf Tage und vier Nächte voller Sonnenschein, positiver Vibes und unvergesslicher Momente, eingebettet in die ruhige Natur dieser traumhaften Umgebung.

In unserer idyllischen Finca bieten wir dir den perfekten Rückzugsort vom Alltag. Beginne deinen Tag mit einer aktiven Morgenroutine beim dynamischen Yoga auf unserer herrlichen Outdoor-Plattform und lasse dich von den warmen Sonnenstrahlen verwöhnen. Am Abend kannst du dann unter freiem Himmel zur Ruhe kommen und den Tag bei entspannten Abendssessions ausklingen lassen.

Für alle, die sich gerne auspowern möchten, stehen tägliche Functional Fitness Einheiten auf dem Programm, um deine Energie zu spüren und ordentlich ins Schwitzen zu kommen. Ergänzend zu den Yoga- und Fitnessaktivitäten erwarten dich inspirierende Workshops.



Freue dich auf eine Atmosphäre voller guter Laune und positiver Vibes, in der du dich mit Gleichgesinnten austauschen und gemeinsam lachen kannst.

Wir freuen uns darauf, dich auf dieser Reise zu begleiten und unvergessliche Erinnerungen mit dir zu schaffen!

Gila und Petra



SUNNY SOUL RETREAT

Retreat-Leiterinnen:

Hallo wir sind Gila und Petra

Gila, strahlend vor Lebensfreude, ist Gründerin der RAW Yoga Station in Chur und eine erfahrene Yogalehrerin, Inside Flow Juniorlehrerin und Life-Coach. Sie liebt es, im Hier und Jetzt zu sein und führt dich mit ihrer starken Präsenz nicht nur durch inspirierende Yogasession sondern auch durch geführte Meditationen. Ihre Sessions sind geprägt von Frische und Freude, die jeden Moment bereichern.



RAW
YOGA



Petra, als Besitzerin ihres eigenen Yogastudios und Functional Fitness Coach, bringt eine geballte Ladung Energie mit. Durch ihre langjährige Erfahrung als Kunstturnerin und Anästhesieexpertin verleiht sie den Stunden eine lebendige Intensität. Mit einem Schwerpunkt auf ganzheitlicher Gesundheit, verbindet sie Yoga und Functional Fitness, während sie gleichzeitig die Entwicklung eines positiven Mindsets fördert. Petra inspiriert dazu, Grenzen zu überwinden und eine tiefe Verbindung von Körper und Geist zu erfahren, die einen nachhaltigen Lebensstil unterstützt.

Gemeinsam bilden wir ein unschlagbares Team. Wir werden dich mit unserer Leidenschaft und Wissen inspirieren und dazu bringen, jeden Moment des Retreats in vollen Zügen zu geniessen!

U
flow

SUNNY SOUL RETREAT

Ort: Die Finca liegt in Montuiri, einem Ort, der als idealer Ausgangspunkt dient, um den Rest von Mallorca zu erkunden. Zahlreiche traditionelle spanische Dörfer sind nur fünf Autominuten entfernt. Das Haus ist von einem weitläufigen Garten umgeben, in dem mediterrane Pflanzen, Palmen und Obstbäume eine grüne Oase bilden. Ein Pool, der von einer geräumigen Sonnenterrasse, Hängematten und einem überdachten Chill-Out-Bereich umgeben ist, lädt zum Entspannen ein. Du kannst den Tag gemeinsam am Grillplatz bei Sonnenuntergang ausklingen lassen oder den Alltagsstress in der Sauna einfach dahinschmelzen lassen.



Zeitplan:

Ankunft: Sonntag 26 Mai 2024

- 16:00 Uhr: Kennenlernen, Yogasession & Abendessen

Abreisetag: Donnerstag 30 Mai 2024

- Goodmorning Yoga & Frühstück, Check-out bis 11:00 Uhr



Beispiel eines Tagesablauf:

- 07:30 - 08:30: Yogasession
- 08:30 - 10:00: Frühstück
- 11:30 - 12:15: Functional Fitness
- 12:30 - 17:00: Lunch/Freizeit/ Workshop
- 17:00 - 18:30: Yoga
- 19:00 - 21:00: Gemeinsames Abendessen/Austausch

Die Unterrichtssprache ist Deutsch

Was erwartet dich:

- Vinyasa Yoga
- Inside Flow
- Yin Yoga
- Yoga Alignment
- Functional Fitness
- Workshops zu den Themen Mindset, Achtsamkeit, Yoga Alignment
- Zeit für dich, Zeit für Gespräche, gutes vegetarisches Essen, Spass, Erholung, Vino Abend



SUNNY SOUL RETREAT

Kosten:

Zimmer & Preise:

1. Doppelzimmer mit geteiltem Bad (890Fr p.P.) = 2 Zimmer in dieser Kategorie
2. Doppelzimmer mit eigenem Bad (990Fr p.P.) = 2 Zimmer in dieser Kategorie
3. Doppelzimmer mit eigenem Bad und geteilter Terrasse zum Rückzug, mit wunderschöner Aussicht (1090Fr . p.P.) = 1 Zimmer in dieser Kategorie
4. Einzelzimmer mit eigenem Bad und geteilter Terrasse zum Rückzug, mit wunderschöner Aussicht = 1 Zimmer in dieser Kategorie: Im EZ: 1250Fr
5. Zimmer mit eigenem Bad und eigener Terrasse zum Rückzug, mit wunderschöner Aussicht = 1 Zimmer in dieser Kategorie: Im EZ: 1300Fr



Inbegriffen:

- 5 Tage und 4 Übernachtungen
- 3 Mahlzeiten pro Tag in der Finca
- Yoga- und Fitness-Sessions
- Workshops

Nicht inbegriffen:

- Flug- und Transferkosten
- Persönliche Ausgaben
- Reiseversicherung
- Essen und Getränke ausser Haus

Die Finca ist vom Flughafen Palma (PMI) in 30 Minuten zu erreichen. Wir empfehlen, ein Taxi im Voraus zu reservieren oder einen Mietwagen zu buchen. Parkplätze sind vorhanden.

Stornierungsbedingungen:

Das Retreat ist nicht stornierbar, jedoch kann eine Übertragung der Buchung auf eine andere Person vorgenommen werden.

