



# IBIZA YOGA RETREAT "Die ALOHA-Experience"

*... einfach SEIN, auf der Sonnenseite des Lebens ...*

**vom 15. – 21. Mai 2022 (Anreise 14.05.)**

**im Landhotel CALADOR/Ibiza mit Traumblick auf Es Vedrà**

\*Yoga machen - meditieren - tanzen - singen - regenerieren - relaxen - genießen - einfach SEIN\*

Eine ganz besondere Yoga-Reise zu einem WUNDERvollen Kraftort der Ruhe, Heilung und Regeneration in direkter Nähe des sagenumwobenen Felsens Es Vedrà auf Ibiza wartet auf Dich...

## **Der mystische Kraftort**

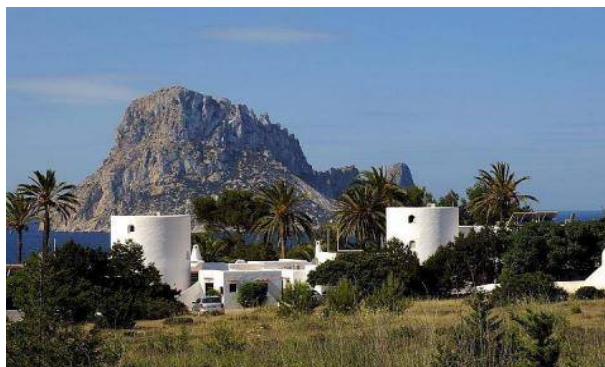
Wenn vor Dir der mystische, sagenumwobene Felsen Es Vedrà himmelwärts aus dem türkisblauen Meer Ibizas auftaucht, dann bist Du angekommen! ☺

Das familiengeführte Landhotel „Calador“ ist eine typisch ibizenkische, sehr private Anlage im maurischen Stil und liegt mit Traumblick auf Es Vedrà und das Meer im ruhigen Südwesten Ibizas.

Die idyllische Umgebung des Landhotels beeindruckt durch ihre Weite und Ursprünglichkeit mit kleinen romantischen Buchten, traumhaften Sandstränden und atemberaubenden Klippen, fern ab vom Touristen- und Partyrummel Ibizas.

Wenn Du hier ankommst, willst Du nicht mehr weg!

Der traumhaft weite Meerblick und der blütenreiche Garten laden zum Verweilen und das chlorfreie Wasser des großen Pools zum erfrischenden Bad in sanftem Wasser ein.



Dieses kleine paradiesische Resort liegt in einem liebevoll gestalteten Palmengarten mit großem Swimmingpool, Sonnenterrasse und klimatisierter Yogahalle.

Im Restaurant des Landhotels wirst Du unter Palmen mit leckeren Schlemmereien (auch vegetarisch und/oder vegan) und in einem schönen Massageraum, wenn Du magst, mit ayurvedischen Massagen verwöhnt.

In den zauberhaften Buchten Cala d'Hort oder Cala Carbó (10 min. zu Fuß vom Hotel) mit hellem Sandstrand kannst Du Dich bei einem Bad im Meer erfrischen, mediterrane Gerichte in einem der Restaurants genießen oder einfach nur relaxen, abschalten und die aufbauend heilenden Transformationsenergien des Yoga Retreats verinnerlichen.



Mit einem Fischerboot werden wir den mystischen Felsen Es Vedrà (der Überlieferungen nach ist Es Vedrà ein Teil von Atlantis) besuchen, diese sagenhafte Energie direkt vor Ort erleben, aufnehmen und integrieren. Dort übergeben wir dann auch rituell die Asche unseres kraftvollen Feuerrituals. Beim letzten Retreat wurden wir dabei von Delphinen begleitet- ein tief berührender, magischer Moment! Die schöne Landschaft der Insel mit ihren Hügeln, Klippen und Buchten, der reichen Vegetation und der nach Rosmarin und Lavendel duftenden Landschaftsformationen geziert von Zitronen- und Orangenbäumen lädt zum Wandern und Erkunden ein.

Kulturell gibt es ebenfalls viel zu entdecken. Die romantische Altstadt Ibizas, die „Dalt Vila“, wurde von der UNESCO zum Weltkulturerbe erklärt und besticht mit ihren engen verwinkelten Gassen und einer mächtigen Festungsanlage. Hier und am mondänen Hafen kannst Du nach Herzenslust bummeln, das bunte Treiben genießen und in den zahlreichen Boutiquen fündig werden.



Ein Besuch der zahlreichen legendären Hippie-Märkte der Insel wird zum besonderen Abenteuer, denn hier erlebst Du den typischen „Ibiza Flower Power-Hippie Flair“.

Ein ganz besonderes Szenario bietet sich jeden Sonntagabend am Cala Benirrás, einem der beliebtesten Hippie-Strände Ibizas. Hier treffen sich die Trommler und trommeln in den atemberaubenden Sonnenuntergang, der dort zu erleben ist.

Dieses Ereignis werden wir bei einem gemütlichen Strand-Picknick genießen.

Ibiza verfügt über viele abwechslungsreiche Strände mit ganz individuellem Beachlife, wie bspw. am weißen In-Strand von Las Salinas oder im „Sunset Ashram“ der Cala Comte mit grooviger Chillout-Music.

### **Wohnen**

Wir wohnen in netten Appartements (Superior Appartements), die mit bis zu max. 4 Personen belegbar sind. Diese verfügen jeweils über 2 Schlafzimmer (als DZ oder auch als EZ buchbar), 2 Bäder mit Dusche und WC, ein geräumiges Wohnzimmer mit Kitchenette (mit Herd, Kühlschrank und Kaffeemaschine), TV und WLAN. Jedes Appartement hat eine eigene große Terrasse mit traumhaftem Meerblick! Sämtliche Wohneinheiten sind mit Klimaanlage ausgestattet.

### **Genießen**

Die Halbpension im Hotel sorgt für den kulinarischen Genuss.

Nach unserem morgendlichen Yoga beginnen wir einen erlebnisreichen Tag mit einem ausgedehnten, reichhaltigen Frühstück in gemütlicher Runde auf der Hotelterrasse unter Palmen und lassen ihn abends bei einem vegetarischen 3-Gänge-Menü (auf individuellen Wunsch auch vegan) mit feinen und sehr leckeren Klassikern der spanischen Küche ausklingen.

Zusätzlich besteht über Tag die Möglichkeit einer á-la-carte Auswahl an mediterranen Gerichten.

### **Yoga**

Die hoteleigene ruhiggelegene Yogahalle ist klimatisiert und bietet Dir einen Traumblick auf Es Vedrà, der uns mit seiner Kraft bei der Prozessarbeit und den Ritualen aufs Beste unterstützen wird.

Yogamatten, Yogakissen und Decken sind vor Ort vorhanden.

Unsere abendlichen Meditationen werden wir zum Teil im Freien an herrlich idyllischen Kraftplätzen genießen.



## Leistungsumfang

- 7-tägiger Urlaubskurs „Die ALOHA-Experience“ mit tägl. 2 Unterrichtseinheiten bestehend aus Kundalini Yoga (Yoga des Bewusstseins und der Energie), Meditation, Prozessarbeit, Teachings und kraftvollen Ritualen, in dem Du u.a. lernst, Dich künftig nachhaltig selbst zu coachen  
früh morgens: 2,5-stündiges morgendliches „Sadhana“ – eine yogische Morgendisziplin zur Reinigung des Unterbewusstseins mit Yoga (Körper), Mantrasingen (Seele) und Prozessarbeit (Geist)  
abends: 1,5-stündige sanfte Yogaeinheit mit Entspannungstraining, Tanz, Ritualen und/oder intensiven Meditationen zur Transformation, Regeneration und Heilung
- tägliche Betreuung durch die Seminarleitung mit der Möglichkeit für Einzelgespräche
- Begleitung bei den Ausflügen zu den Insel-Highlights

**Pauschalpreis:** 390,- € incl. MWSt.

## Preise Übernachtungen/Buchung/sonstige Kosten

Deine 7 Übernachtungen in einem der beiden Doppelzimmer (auch als Einzelbelegung buchbar) im Superior Appartement mit 2 Bädern, gemeinsamem Wohnzimmer und Terrasse mit Meerblick zuzügl. 5x Halbpension und 2x Frühstück extra buchst Du unter „**Kontingent Yogagruppe Dagmar Rosa Appel**“ mit Angabe des Retreatzeitraums direkt **im Hotel** über [caladoribiza.com](http://caladoribiza.com) oder auch **bei mir**.  
Gerne leite ich Deinen Zimmerwunsch an das Hotel weiter, welches Dir dann eine entsprechende Reservierungsbestätigung zukommen lässt.

Übernachtung in einem der beiden Schlafzimmer eines Superior Appartements

- 1 Bett im DZ buchen: 7 Nächte à 58,75 €/pro Nacht oder
- 1 DZ als EZ buchen: 7 Nächte à 117,50 €/pro Nacht

zuzügl. HP an 5 Tagen à 40,- € pro Tag/Pers. plus nur Frühstück an 2 Tagen à 14,- € pro Tag/Pers. und 2,20 € Tourismusabgabe pro Tag/Pers.

*Du hast auch die Möglichkeit, ein anderes, privateres Zimmer im Hotel (Auswahl siehe Homepage) zu buchen.*

**An- und Abreise:** Anreise am **14.05.2022** / Ende des Retreats am **21.05.2022 um ca. 12 Uhr (!)**

Die preiswerten Mietwagenkosten für die gemeinsamen Unternehmungen und Ausflüge werden wir gemäß der Teilnehmerzahl teilen.

Flüge kannst Du im Reisebüro oder Internet z.B. über [fluege.de](http://fluege.de) oder [swoodoo.com](http://swoodoo.com) buchen.

## Seminarleitung:

Dagmar Rosa Appel

Dipl. LebensEnergie-Therapeutin, Lehrerin für Kundalini Yoga & HUNA, Reiki-Großmeisterin/Lehrerin

*An dieser Reise kann jede/r teilnehmen und auftanken, da keine Yoga-Vorkenntnisse erforderlich sind!*

## Anmeldung bei:

SATTVA VITA – Leben in Balance

Institut für LebensEnergie - Konzepte

Dagmar Rosa Appel

Schmiedestr. 1

61118 Bad Vilbel

Telefon 06101-989795 oder 01523-3547313

Email [info@SattvaVita.de](mailto:info@SattvaVita.de)

Internet: [SattvaVita.de](http://SattvaVita.de)

