



30. Juli - 6. August 2022

Yoga & geniessen auf Mallorca

La Serrania

Ein wunderschöner Ort in den Hügeln von Mallorca's Sierra de Tramontana, nicht weit weg von der Stadt Pollensa.

Natürliche Materialien verbunden mit Schönheit und Geschmack lassen Auge und Seele nicht unberührt. Ein wunderbarer Ort um die Ruhe und Kraft der Natur zu geniessen.

Unterkunft, Essen, Yoga

Die Zimmer sind geschmackvoll, hell und freundlich eingerichtet mit 2 einzelnen Betten. Jedes Zimmer verfügt über ein eigenes Badezimmer mit WC und Dusche/Badewanne. Wir haben 3 Einzelzimmer, ansonsten sind es Doppelzimmer.

Das Essen ist wunderbar frisch und regional, biologisch und vegetarisch, wir werden jeden Morgen nach der Yogapraxis einen grosszügigen Brunch geniessen und am Abend ein feines Abendessen.

Der grosse Yogaraum bietet uns einen wunderschönen Blick in den Garten, die kleine Terrasse vor dem Yogaraum nutzen wir für die Morgenmeditation im Freien. Yogamatten und sämtliche Hilfsmittel sind vor Ort vorhanden und müssen nicht mitgebracht werden.

Anreise

Mit dem Flugzeug nach Palma de Mallorca. Vom Flughafen aus sind es 50 km bis zu La Serrania. Schaue früh genug für einen Flug, es hat sehr viele Angebote.

Einchecken in La Serrania ist ab 15 Uhr möglich, die Abreise ist nach dem Brunch. Wir beginnen am Samstag um 17 Uhr mit einer ruhigen Yogastunde zum Ankommen.

Programm

8 - 10 Uhr Morgenpraxis

10.30 Brunch

Nachmittag frei, Massagen

17.30 Abendpraxis, Yin Yoga, Restorative Yoga

19.00 Abendessen

Preis inkl. Halbpension und Yoga

1590.- im Doppelzimmer

1850.- im Einzelzimmer

Auf diese Woche freuen wir uns ganz speziell, weil wir nicht nur Teacher und Co-Teacher dabei haben, sondern noch unsere liebsten Köche mit einfliegen lassen. Die beiden werden uns kulinarisch vegan und vegetarisch verwöhnen und mit viel Liebe für Geschmack, Farbe und Herkunft der Nahrungsmittel unser Herz und Magen erfreuen.

Ein feines Glas Wein am Abend wird sicherlich nicht fehlen und auch sonst steht diese Woche ganz im Zeichen des Genusses: Yogastunden die nähren, ayurvedische Massagen für die Seele und feinstes, lokales Essen für unseren Gaumen – viel Sonne und Wärme unterstützt das Loslassen der tiefen Anspannungen, die wir wohl alle über die vielen Monate in dieser herausfordernden Situation mit uns herumtragen.

Anmeldung: info@yogmarket.ch

Teacher: Alex & Olivia

yogamarket