

An aerial photograph of a tropical resort. In the center is a kidney-shaped swimming pool with clear blue water. To the left of the pool is a small hut with a thatched roof. The area is surrounded by dense greenery, including many palm trees. A paved path leads from the pool towards the hut. In the bottom right corner, there are several bright pink lounge chairs on a paved area. The overall scene is lush and serene.

holistic yoga retreat in Bali

23. Sept. - 2. Okt. 24

Swasti Eco Cottages (Swasti bedeutet übersetzt „Heilung“ in Sanskrit)

Das besondere Tourismus-Projekt im Herzen von Bali, hat zum Ziel ein Modell für Nachhaltigkeit zu werden, lokale Erzeuger zu fördern und unseren Planeten zu schützen. Es ist ein kleines verstecktes Paradies, etwas abseits vom Trubel der Stadt Ubud und dem berühmten monkey-forest, welche dennoch beide in Gehdistanz erreichbar sind. Eine heilsame Oase mit einer Yoga-Shala, welche umgeben ist von üppigen Gärten, um tief durchzuatmen und sich während der Yoga-Praxis im Freien mit sich selbst und der Natur zu verbinden. Der magische Ort bietet die perfekte Gelegenheit, um vom Alltag abzuschalten, sich auf die Gesundheit zu konzentrieren und in einen Zustand des achtsamen Wohlbefindens zu gelangen und gleichzeitig einen minimalen ökologischen Fußabdruck zu hinterlassen.

Die Deluxe-Zimmer (Einzelzimmer): Jedes Zimmer ist liebevoll balinesisch eingerichtet und hat einen eigenen Balkon mit Blick auf den Garten oder Pool des Swasti.

Die Cottages (Doppelzimmer): Jedes Cottage ist liebevoll balinesisch eingerichtet und verfügt, zusätzlich zum eigenen Balkon mit Blick auf den Garten oder Pool des Swasti, über einen eigenen kleinen privaten Vorgarten.

Essen: Das Swasti bietet gesunde, aber gleichzeitig köstliche lokale und westliche Gerichte. Alle Zutaten stammen aus dem eigenen Bio-Garten und werden vor Ort vom lokalen Küchenteam liebevoll zubereitet und fast schon kunstvoll angerichtet.

Programm

8.30 - 10 Uhr Yoga

10.15 Brunch

Nachmittag für freie Aktivitäten (Spa, Pool, Ausflüge...)

17.30 - 19 Uhr Yin Yoga

19.30 Abendessen

Preis: 690.- im Doppelzimmer mit Brunch / Abendessen

990.- im Einzelzimmer mit Brunch / Abendessen

490.- für den Yogakurs (17 Klassen)

Flüge mit Swiss (direkt) oder Qatar sind um die 1200.-, der Flug wird individuell gebucht.

Gerne sind wir dir dabei behilflich.

Teacher: Alex & Eli

Unterrichtssprache: Schweizerdeutsch

Anmeldung: info@yogamarket.ch

yogamarket