

BETTINA  
HARTMANN

— RETREATS —

Retreat vom 31. Oktober bis 3. November 2019

# MALLORCA, YOGA, MEER UND EINE HEILSAME QUELLE

Rückenyooga • Vinyasa Flow Yoga • Yoga regenerativ

Im mediterranen Spätsommer könnt Ihr Energie tanken, zu Eurem gesunden Lebensrhythmus finden und nachhaltig Eure Lebensqualität für die kältere Jahreszeit steigern!

Stärkt Euch selbst den Rücken! Atmet in frischer Meeresluft tief durch! Findet Entspannung und Ruhe in wohltuender Atmosphäre und exklusivem Ambiente!

## **4 Tage intensive Yogapraxis im 5 Sterne Hotel Font Santa, Thermal Spa & Wellness, Campos, Mallorca**

Vinyasa Flow und Rückenyooga am Morgen vitalisieren und kräftigen, lösen Verspannungen und Blockaden. Die ruhige Praxis am Abend wirkt ausgleichend, zentrierend und beruhigend. Die Yogastunden richten sich nach den individuellen Bedürfnissen und Voraussetzungen der Teilnehmer. Yoga Beginner und Geübte sind herzlich willkommen!

Der Süden Mallorcas beeindruckt bis heute durch seine Ursprünglichkeit und unangetastete Natur. Eingebettet in das Naturschutzgebiet des Strandes Es Trenc und der Salz-Salinen Es Salobrar, genießt Ihr im Font Santa nicht nur pure Schönheit und schlichte Eleganz, sondern könnt die heilende und erneuernde Kraft der einzigartigen Thermalquellen Mallorcas erleben.

**Bringt Bewegung und Leichtigkeit in Euer Leben! Entspannt an einem Ort der Ruhe und Weite und entdeckt Eure Kraftquelle!**

Herzliche Grüße!

*Eure Bettina*



BETTINA  
HARTMANN

— RETREATS —

## Programm

|                   |   |
|-------------------|---|
| <b>Donnerstag</b> | Individuelle Anreise<br>Nachmittag: Welcome Yoga  |
| <b>Freitag</b>    | Vormittag: Meditation, Vinyasa Flow Yoga / Rückenyo<br>Nachmittag: regenerierendes Yoga |
| <b>Samstag</b>    | Vormittag: Meditation, Vinyasa Flow Yoga / Rückenyo<br>Nachmittag: regenerierendes Yoga |
| <b>Sonntag</b>    | Vormittag: Meditation, Vinyasa Flow Yoga / Rückenyo<br>Individuelle Abreise             |

## Übernachtung

**Font Santa Hotel, Thermal Spa & Wellness, Campos, Mallorca**  
[www.fontsantahotel.com](http://www.fontsantahotel.com)

- Zimmerpreise inkl. Frühstück
- Benutzung des Thermalspas, Sauna, Fitnessraum, kostenlose Leihfahrräder

pro Person und Übernachtung:

DZ mit Patio

**95 Euro**

DZ mit Terrasse

**110 Euro**

DZ mit Terrasse zur Einzelnutzung

**170 Euro**

## Kursgebühr

- 6 Yogaeinheiten (9 Std.) Yoga und Meditation, Donnerstag bis Sonntag

**200 Euro**



BETTINA  
HARTMANN

— RETREATS —

## Buchung

- Mit Überweisung der Kursgebühr erfolgt die verbindliche Anmeldung.
- Hotelkosten sind per Anzahlung und direkt vor Ort an Hotel Font Santa zu zahlen.

*Im Falle einer Stornierung der Reservierung werden folgende Gebühren erhoben:*

*Bis einen Monat vor Reiseantritt entstehen keine Stornokosten.*

*30 bis 15 Tage vor Reiseantritt beträgt die Stornogebühr 60 % des Kurspreises.*

*14 Tage vor Reiseantritt beträgt die Stornogebühr 100 % des Kurspreises.*

*Für die Hotelbuchung gelten die Stornobedingungen des Hotels.*



BETTINA  
HARTMANN

— RETREATS —



BETTINA  
HARTMANN

— RETREATS —

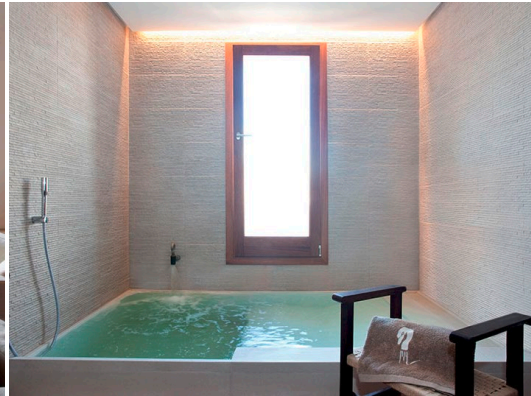


PHOTO: CHRISTOPH SPIEGEL



BETTINA  
HARTMANN

— RETREATS —



BETTINA  
HARTMANN

— RETREATS —

