

FAMILIEN YOGA RETREAT

In Spanien vom 03.- 09.08.2020



Familie im Mittelpunkt!

Familie im Mittelpunkt! Wir freuen uns sehr, dass ihr euch für unser Familien Yoga Retreat interessiert.

Wir haben uns dieser Herausforderung gerne angenommen, da es ein vergleichbares Yoga Erlebnis für die ganze Familie in dieser Form bisher nicht gibt.

Wir wollen alle Familienmitglieder mit einbeziehen und es möglich machen, dass die Familie im Mittelpunkt ist!

Viel Liebe und Engagement haben wir in die Ausarbeitung des Programms gesteckt, denn wir wollen maximale Weiterentwicklung ohne Stress ermöglichen, welche für den Familienalltag Zuhause aufrecht erhalten werden kann.

Um auch hier die Balance zu halten trägt jeder seinen Teil zur Umsetzung bei. Dieses exklusives Programm ist nicht für den „klassischen Strandurlauber“ geeignet, es handelt sich um eine Reise zu sich selbst!

Der Schwerpunkt liegt ganz klar in der Entspannung, Rückzug und Weiterentwicklung, aber ganz wichtig, ohne Zwang!

Familie über ALLES 😊

Marina



Bereits seit frühester Kindheit erlebt Marina die Welt in ihren Facetten und das Leben in seinen feinstofflichen Zusammenhängen sehr detailliert und intensiv. Unterstützt von ihrer ausgeprägten Intuition und Hellfühligkeit erkennt sie schon in jungen Jahren, dass es mehr geben muss als das, was alles auf den ersten Blick zu sein scheint. Dass dies ein Geschenk sei, mit dessen Hilfe sie anderen Menschen Unterstützung anbieten könne, realisiert sie erst mit Absolvierung ihres Studiums in Germanistik und Theologie.

In der Folge vollzieht sich in ihr eine völlig neue Ausrichtung und sie erhält verschiedene Einweihungen, erlernt unterschiedliche Techniken der Persönlichkeits- und Bewusstseinsentwicklung sowie der Unterstützung mit ätherischen Ölen und Klang für Körper, Geist und Seele.

Mit diesen Werkzeugen steht sie ihren Klienten helfend zur Seite, wenn es darum geht mentale und emotionale Blockaden aus diesem oder vergangenen Leben zu lösen, Reinigung und Ausgleich der Aura und Chakren herbeizuführen, die Harmonisierung von Körper, Geist und Seele anzuregen, Bewusstseinsprozesse zu unterstützen und ihre Klienten liebevoll ein Stück auf ihrer individuellen Reise zu sich selbst zu begleiten.

Simone



Womit könnte man Körper, Geist und Seele besser vereinen als mit YOGA?

Simone ist gelernte Sozialarbeiterin, Yogalehrerin und Reikimeisterin wird unser Familien Retreat mit der täglichen Yogaeinheit bereichern.

Nach ihrer 4-jährigen ViniYoga Ausbildung hat sich Simone in diversen anderen Yoga Ausrichtungen stets weiter entwickelt. Das klassische Hartha Yoga, sowie Kundalini und Ying Yoga gehören unter anderem zum Repertoit.

Da jeder Menschen verschieden ist, wählt Simone immer die passende Mischung der verschiedenen Yoga Stile situativ aus. Yoga sollte nicht überfordern und als Lebenseinstellung gesehen werden, nicht als Leistungssport. Es geht um ein tieferes Gesamterlebnis, welches uns hilft im Alltag geerdet aber auch über uns hinauswachsend zu sein.

Atmung und Meditation gehören gleichermaßen wie die Kraftanstrengung im ausgeglichenen Verhältnis zum Yogaablauf.

Yoga bereichert das Leben auf allen Ebenen und hilft, in der sich so schnell verändernden Welt, immer wieder bei sich zu sein.

Freue dich auf schönen gemeinsame Yoga Momente!

DerVIERHEILIG



Thilo ist leidenschaftlicher Koch, Ausbilder, Küchenmeister und Ernährungsberater. Er hat seine über 20-jährige Erfahrung aus der Küchenpraxis mit aktuellstem Ernährungswissen verknüpft und kreiert ständig gesunde, leckere und abwechslungsreiche Gerichte mit hoher Nährstoffdichte.

Stressfreies Kochen, glutenfreie, basische, saisonale, vegane und vegetarische Gerichte sind bei ihm Programm. „Gesund = lecker“ ist eines seiner Mottos, denn gesunde Ernährung ist kulinarische Lebensfreude.

Thilo vermittelt sehr viel Wissen rund um Ernährung und Küchenpraxis, das jeder mit Leichtigkeit in seinen Alltag integrieren kann. Somit besteht die Möglichkeit langfristig die gemeinsam erarbeiteten Ziele zu erreichen und zu halten.

Jeder Mensch ist einzigartig! Nach diesem Grundsatz geschieht auch das Ernährungs-Coaching, welches man als moderne Ernährungsberatung mit Blick über den Tellerrand bezeichnen kann. Mit seiner bekannten Podcastshow und seiner Online Kochschule gibt Thilo bereits viele Einblicke in seine Ernährungs- und Küchenwelt.

www.dervierheilig.de

YOGA & MEDITATION

- Infos zum Yoga und dem Umgang im Alltag (Nachhaltigkeit)
- Tägliche Yogaeinheit ca.1,5 Std. am Morgen
- Möglichkeit auch für Kinder ab 12 Jahren oder individuell nach Absprache
- Geführte Meditationseinheiten am Abend

KLANGERLEBNIS

- Erlebe Klangschalen und vieles mehr...
- wohltuende Schwingungen übertragen sich auf den Körper und bringen deine Zellen zum vibrieren
- Deine Stimmung kann sich verbessern
- Entspannung (Stressreduktion) und Regeneration von Körper und Geist
- Entgiftungsprozesse werden angeregt
- Blockaden können sich lösen bzw. gelockert werden
- Zu Harmonie und Balance finden

FÜR DIE GANZE FAMILIE-

MIT ALLEN SINNEN GEMEINSAM ERLEBEN

- Lagerfeuer
- gemeinsames Backen
- Spanischer Abend
- Pool Party
- Ätherische Öle erleben
- Frühstück und Abendessen der Hausgemeinschaft

INKLUSIVE-

WAS IST IM URLAUBS-PAKET ALLES DABEI?

- 6 Übernachtungen
- 2 Koch-Workshops
- Täglich Frühstück und Abendessen
- 2x Klangerlebnis
- 1x Workshop ätherische Öle
- Tägliche Yoga-Einheiten

PREISE

Dieses Yoga Retreat ist etwas besonderes und nicht für den „typischen Strandurlauber“ gedacht! Hier gibt es die Möglichkeit für Wachstum in Wissensthemen für die praktische Umsetzung im anschließenden Alltag. Des weiteren bietet es die Chance auf inneren Reichtum in Bezug auf Spiritualität und Bewusstseinsweiterung in vieler Hinsicht.

Wichtig: Vor jeder Buchung wird ein Gespräch geführt, da es nur wenige Plätze für diese Reise gibt. Wir wollen ermöglichen, dass die Familien dabei sein können, welche einen großen Gewinn darin sehen und viele gewinnbringende Erlebnisse mitnehmen können.

Sei dabei und erfahre dieses einzigartige ERLEBNIS!

- pro Erwachsenen 1397€
- Preis pro Kind 3-6 Jahre 400€
- Preis pro Kind 7-14 Jahre 800€
- Kinder bis 3 Jahre kostenlos

Max. Teilnehmerzahl: 3 Familien
Anmeldung unter: info@dervierheilig.de

GÖNNE DIR IM URLAUB ETWAS BESONDERES

- Individuelle Klangerlebnisse
- Reiki Sitzungen
- AromaTouch
- AromaAlign (aromatisch-energetische Wirbelsäulenausrichtung)
- Kinderbetreuung (externe Fachkraft)
- Ausflüge
- Persönliches Ernährungs-Coaching



KINDERPROGRAMM

Das Wohl der Kinder liegt uns sehr am Herzen, da wir wissen...

sind die Kinder zufrieden, können die Eltern besser entspannen ;-)

- während der Kinder-Workshops dürfen sich die Kinder selbst ausprobieren
- Wir bieten auch eine Kinderbetreuung durch erfahrenes Personal vor Ort an (nach Absprache separat zu buchen)
- Es wird auf altersgerechte Kinderbeschäftigung geachtet, damit jeder auf seinen Spaßfaktor kommt ;-)

KINDERPROGRAMM

INKLUSIVE

- Kinder-Koch-Workshops
- Sinnes-Workshops
- Familien-Pool-Party
- Traumreise
- Yoga mit den Erwachsenen ab 12 Jahre
- Kinder Klangreise
- Kreative Beschäftigung

Entspannung finden

- Es soll auch Zeit für Entspannung gegeben sein. Mal ein Buch lesen oder einfach mal ein kleines Nickerchen.
- Trotz des bunten Programms zur Ruhe kommen. Nach dem Urlaub erholt Zuhause ankommen.
- Wir bieten den Rahmen, du entscheidest was du benötigst
- Eine Reise zu sich selbst



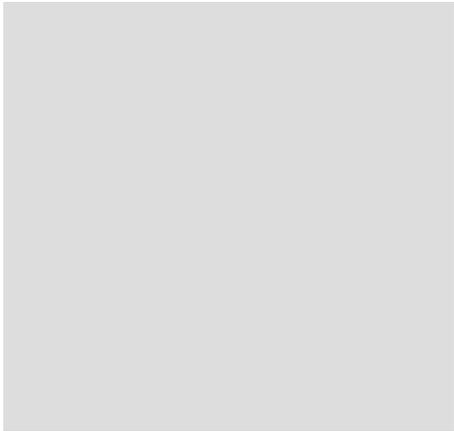
Die Unterkunft- Casa del Mago

Plaza Glorieta
Denia 03700
(Alicante)





- Natur genießen
- wenig Tourismus
- Ruhe finden







Der Meditationsbaum





DIVERSE AUSFLÜGE KÖNNEN NACH ABSPRACHE SEPARATE GEBUCHT WERDEN
Z.B. SCHNORCHELN
BOOTSTOUREN
WANDERTOUREN





WIR FREUEN
UNS AUF EUCH!

ROSALIE,
JOSEPHIN,
THILO &
MARINA