

YOGA IS BETTER IN BIKINI

„Move-Breathe-Connect “ | Yoga Retreat | Judith Delmes



Port de Sóller, Mallorca | 24.-29. Oktober 2024

PORT DE SÓLLER MALLORCA



PORT DE SÓLLER.

Mallorquinische Idylle

Küstenort hinter dem Tramuntana Gebirge. Hier stimmt die Balance zwischen Natur, Bergen, Meer und authentischer Atmosphäre. Die Straßen sind ruhig, das Gefühl von Dorfleben macht sich breit. Nur 30 min von Palma entfernt.

DAS HOTEL.

60s Vibes & Bohemian

Lässige, balearische
Lebensart, umgeben von
traumhafter Natur.
Hochwertiges und
inspirierendes Design-
jeder Winkel ist mit viel
Farbe, Mustern und Pflanzen
gestaltet. 3 Gehminuten
nach Port de Sóller.





POOL AREA.

Entspannung steht auf dem Programm

Pool mit farbenfrohem Peace-Zeichen, Pikkini-Poolbar mit kleinen Snacks und Getränken, entspannende Treatments und Massagen mit natürlichen Aloe Vera-Produkten in unserem angrenzenden Santaverde Spa.

DIE ZIMMER.

Zimmer mit Aussicht

Alle Zimmer und Suiten im Stil der kalifornischen Hippie-Ära, mit tragbaren Wonderboom-Boxen & Taschen für den Strand, I love Eco-Essentials in den Bädern. Große, handgefertigte Tagesbetten aus Bali und Rattan-Lampen aus Indien auf dem privaten Balkon/der Terrasse.





DAS NENI.

Restaurant mit
Panoramablick

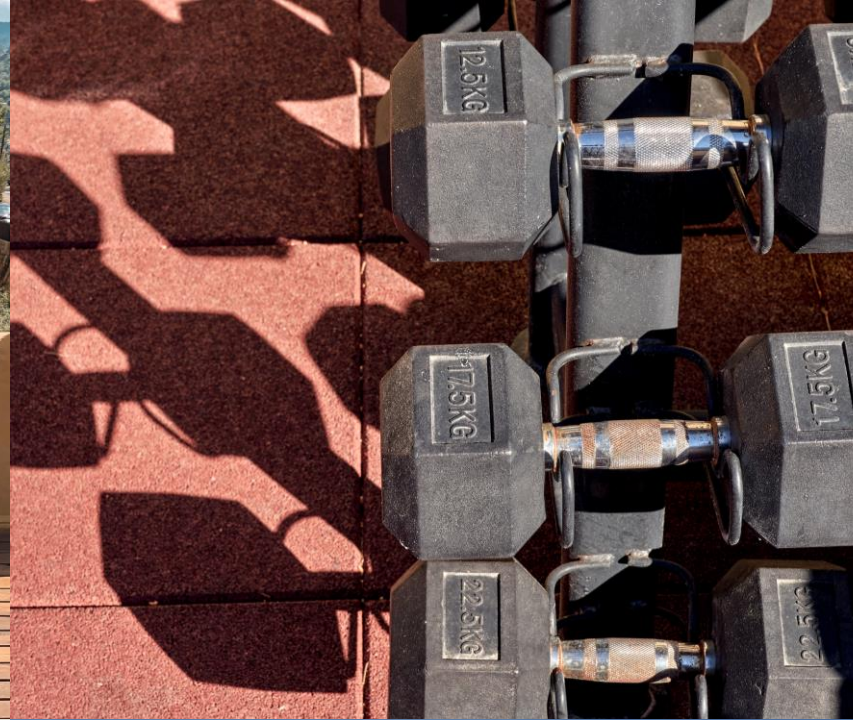
Israelisch-mediterrane
Gerichte im beliebten
Balagan-Style. Auch für
Veggies und Veganer.
Lässiges, stilvolles Bohème-
Flair. Von der Terrasse
einmaliger Blick auf Port de
Sóller.

DIE BAR.

Donkey Bar

Drinnen und draußen. Reden, Lachen, Entspannen. Die tolle Aussicht genießen. Viele lokale Produkte und Spezialitäten. Vom sensationellen Gin Basil Smash bis zum individuellen Lieblingsdrink ist alles dabei.





FITNESS AREA.

Functional training

Keine Pumper-
Atmosphäre, sondern Ort
für ehrliche, authentische
Bewegung. Equipment für
functional Training.
Outdoor-Bikes und
Rudergeräte für Cardio-
Einheiten.

YOGA PLACE.

Ganz oben
runterkommen

Outdoor: Fitness Terrasse.
Hoch oben über der Bucht.
Sanfter, schmeichelnder Wind,
Ruhe. Indoor: Seaside Room
direkt gegenüber des Hotels.
Lichtdurchfluteter, großzügiger
Raum mit Glasschiebetüren
und Traumblick auf's Meer.
Yoga-Equipment: Matten,
Blöcke, Gurte, Bolster,
Decken, Meditationskissen.





BE ACTIVE.

Faulenzen schwer gemacht

Außerdem bieten wir:
STEVENS Mountain-Bikes
und E-Bikes sowie SUPs
zur kostenlosen Nutzung,
sensationelles
Wanderrevier im
Tramuntana Gebirge,
fußläufig entfernten Strand
und, und, und...

DAS SPA.

Santaverde
Naturkosmetik

Zertifizierte Naturkosmetik von hoher biologischer Qualität Aloe Vera als Hauptbestandteil. Highlights: Beauty Masken aus frischen Früchten, Massagen mit purem Blattgel der Aloe Vera und feinsten biologischen Ölen aus der mediterranen Welt. Dampfbad & Sauna.





BESTE VORAUSSETZUNGEN.

#yogaisbetterinbikini

- › Mediterranes, weiches Klima
- › Authentisches, entspanntes Ambiente, naturverbunden
- › Outdoor-Yoga auf der Fitness-Terrasse
- › Indoor-Yoga im Seaside Room gegenüber des Hotels
- › Yoga-Equipment: Matten, Gurte, Blöcke, Bolster, Meditationskissen, Decken

DIE TRAINERIN.

Judith Delmes

Yoga ist immer wie ein Meeting mit dir selbst, um zu sehen, ob alles in Ordnung ist, daher lautet ihr #: happiness is an inside job. Judith liebt es, sich zu bewegen, Yoga zu unterrichten und ihre Schüler zu inspirieren und auf ihrem Yoga-Weg zu begleiten. Ihr Unterricht ist klar und strukturiert. Der Fokus liegt auf dem Atem. Durch den Atem taucht man in ein tieferes Hier & Jetzt, die Gedanken werden leiser. Somit können wir in Verbindung mit uns selbst treten.

In ihren Klassen finden sich dynamische Sequenzen genauso, wie tiefe Momente der Meditation.





DIE TRAINERIN.

Judith Delmes

› unterrichtet seit 8 Jahren Yoga

Wesentliche Prägungen, die in ihren Unterricht einfließen:

- › Thrive Mentorship-Programm für Yogalehrer, Anusara basiert by Annika Isterling
- › Power Yoga
- › Vinyasa Yoga
- › Jivamukti
- › Shakti Yoga Wheel
- › mit Yoga-Elevates-Golf.de hat Judith ein eigenes Yoga-Programm für Golfspieler entwickelt und unterstützt den Hamburger Land- und Golfclub mit einem Yoga-Angebot
- › lebt südlich von Hamburg mit Ihrem Mann, 3 Kindern und Ihrem Labrador

DAS RETREAT.

Move-Breathe-Connect

Hier ist Zeit, ganz in Ruhe für Dich zu sorgen, Deine Seele baumeln zu lassen und Deine Akkus nachhaltig aufzuladen.

Das ausgewogene Programm besteht aus einer morgendlichen und einer abendlichen Yogasession. In den sieben Sessions kultivieren wir Bewegung, Atem und Meditation.

Nach dem Frühstück hast Du Freiraum für alles, wonach Du Dich sehnst: Strandspaziergänge, Biken, Golf spielen, Saunagang, Sonnenbad, Tagträumen oder süßes Nichtstun.

Freue Dich auf inspirierende Momente für Dich und in der Gruppe. Freue dich auf Bewegung und Berührung auf der Herzensebene.

Come as you are: Das Retreat ist offen für alle und Du bist herzlich willkommen!



DIE AGENDA.

Yoga-Retreat | Judith Delmes | 24.-29. Oktober 2024

Freitag, 25.10.

- › Anreise
- › 16.45 – 18 Uhr Yoga zum Ankommen

Samstag, 26.10.

- › 8.45 – 10 Uhr Yoga
- › 16.30 – 18 Uhr Yoga
- › 18.30 Welcome Drink
- › 19 Uhr Gemeinsames Dinner im NENI (inkl.)

Sonntag, 27.10.

- › 8.45 – 10 Uhr Yoga
- › 16.30 – 18 Uhr Yoga

Montag, 28.10.

- › 8.45 – 10 Uhr Yoga
- › 16.30 – 18 Uhr Yoga

Dienstag, 29.10.

- › gemeinsames Abschlussfrühstück und Goodbye
- › Abreise

DAS PACKAGE.

Yoga-Retreat | Judith Delmes | 24.-29. Oktober 2024

IM
EINZELZIMMER
PRO PERSON
INKL. YOGA
1.634 €

IM
DOPPELZIMMER
PRO PERSON
INKL. YOGA
1.226 € *

- › 5 Tage Fr-Di (4 Nächte) im Zimmer** mit privatem Balkon/Terrasse
- › Reichhaltiges Frühstücksbuffet bis 11 Uhr
- › Ein 3-Gang-Dinner „Balagan-Menu“ im NENI Mallorca, orientalisches-israelische Küche mit mediterranen Einflüssen
- › Tägliche Yoga-Sessions: Outdoor auf der Fitness Terrasse oder Indoor im Seaside Room gegenüber des Hotels
- › Alkoholfreier welcome drink Spicy Blondy
- › Mineralwasser zu den Kursen
- › Nutzung der Stevens Bikes + SUP boards***
- › 15 % auf alle Spa Treatments

* Begleitperson ohne Teilnahme am Yoga 802 €, Verlängerungsnacht 192 € (nach Verfügbarkeit)

** Standardkategorie (Garden Room)

*** nach Verfügbarkeit

ALLGEMEINE BEDINGUNGEN.

Yoga-Retreat | Judith Delmes | 24.-29. Oktober 2024

- › Teilnehmer: mind. 7 – max. 17
- › Buchung im Hotel unter dem Stichwort „Yoga Retreat, Judith Delmes“
- › Vorbehalt: In besonderen Fällen (Krankheit etc.) ist der Trainer berechtigt, einen gleichwertigen Ersatz zu stellen. Sollte bis 4 Wochen vor dem Retreat-Beginn die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht werden, werden wir Dich informieren. Die Buchung kann dann kostenfrei storniert bzw. in eine Hotelbuchung umgewandelt werden. Berechnungsgrundlage ist dann der Tagespreis der niedrigsten Zimmerkategorie (Garden Room). Darüber hinaus gelten die normalen Stornierungsbedingungen.
- › 50 % Anzahlung bei Buchung. Restzahlung bei Abreise.
- › Bis 7 Tage vor Anreise wird eine Stornierungsgebühr in Höhe von 50 %, ab 6 Tage vor Anreise in Höhe von 100 % des Gesamtpreises berechnet. Die Stornierungsgebühr gilt auch für ggf. gebuchte Verlängerungsnächte.
- › Um vor dem Retreat eine direkte Kommunikation zwischen Teilnehmer und Trainer zu ermöglichen, werden Name & Mailadresse des Teilnehmers nach der verbindlichen Buchung an den Trainer weitergegeben. Wenn Du damit nicht einverstanden bist, teile uns das bitte nach Erhalt der Buchungsbestätigung per Mail mit.
- › Am Anreisetag sind die Zimmer um spätestens 15 Uhr bezugsfertig. Bei Abreise ist das Zimmer bis 11 Uhr frei zu geben. Late check out gegen Gebühr auf Anfrage und nach Verfügbarkeit.



ADD ONS.

Separat buchbar

- › Geführte Hiking-Touren
- › Geführte Biking-Touren
- › Organisation von diversen Wassersportaktivitäten und Bootstouren
- › Verlängerungsnächte
- › Nutrition Workshop
- › Personal Training
- › Wine tasting
- › Massagen & Beauty Treatments im Santaverde-Spa (15 % Rabatt)

SEE YOU IN PORT DE SÓLLER!

Du willst mehr wissen? Hier erreichst Du uns:

Bikini Island & Mountain Hotels | Port de Soller ****

Carrer de Migjorn, 2

07108 Port de Sóller, Illes Balears, Spain

+34 971 631700

reservations.portdesoller@bikini-hotels.com

bikini-hotels.com



PORT DE SÓLLER MALLORCA