

YOGA IS BETTER IN BIKINI

„Island Magic” | Bohemian Yoga Retreat 2.0 | Anna Welinder



Port de Sóller, Mallorca | 9.-13. Mai 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

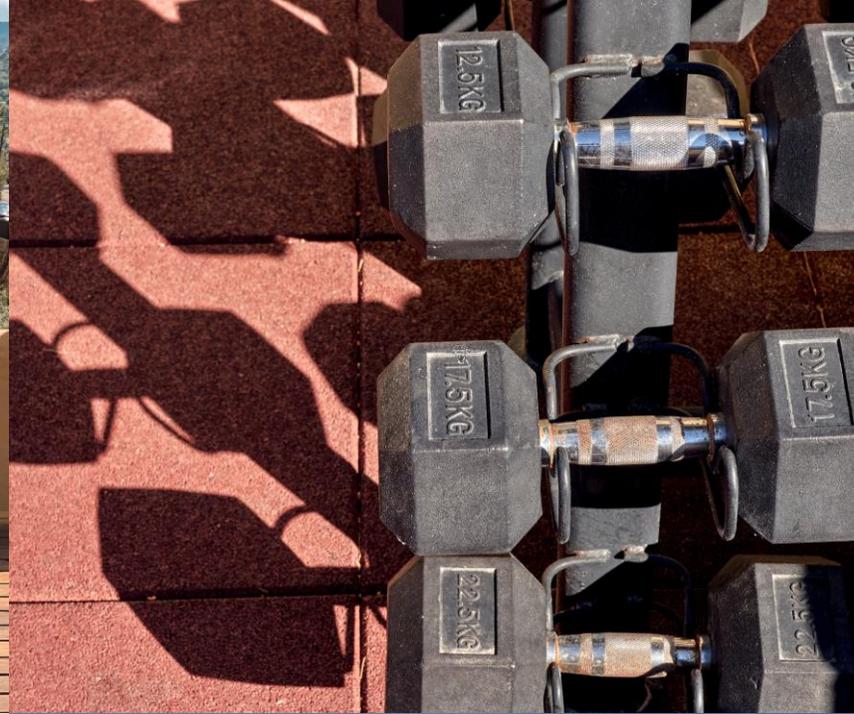
Israelisch-mediterrane
Gerichte im beliebten
Balagan-Style. Auch für
Veggies und Veganer.
Lässiges, stilvolles Bohème-
Flair. Von der Terrasse
einmaliger Blick auf Port de
Sóller.

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.

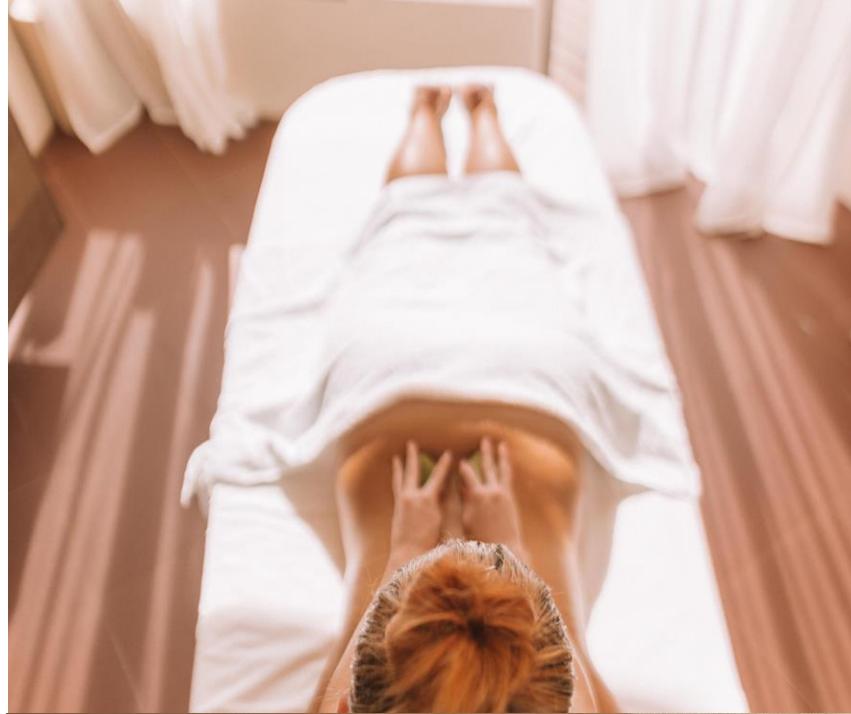
Faulenzen schwer gemacht

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

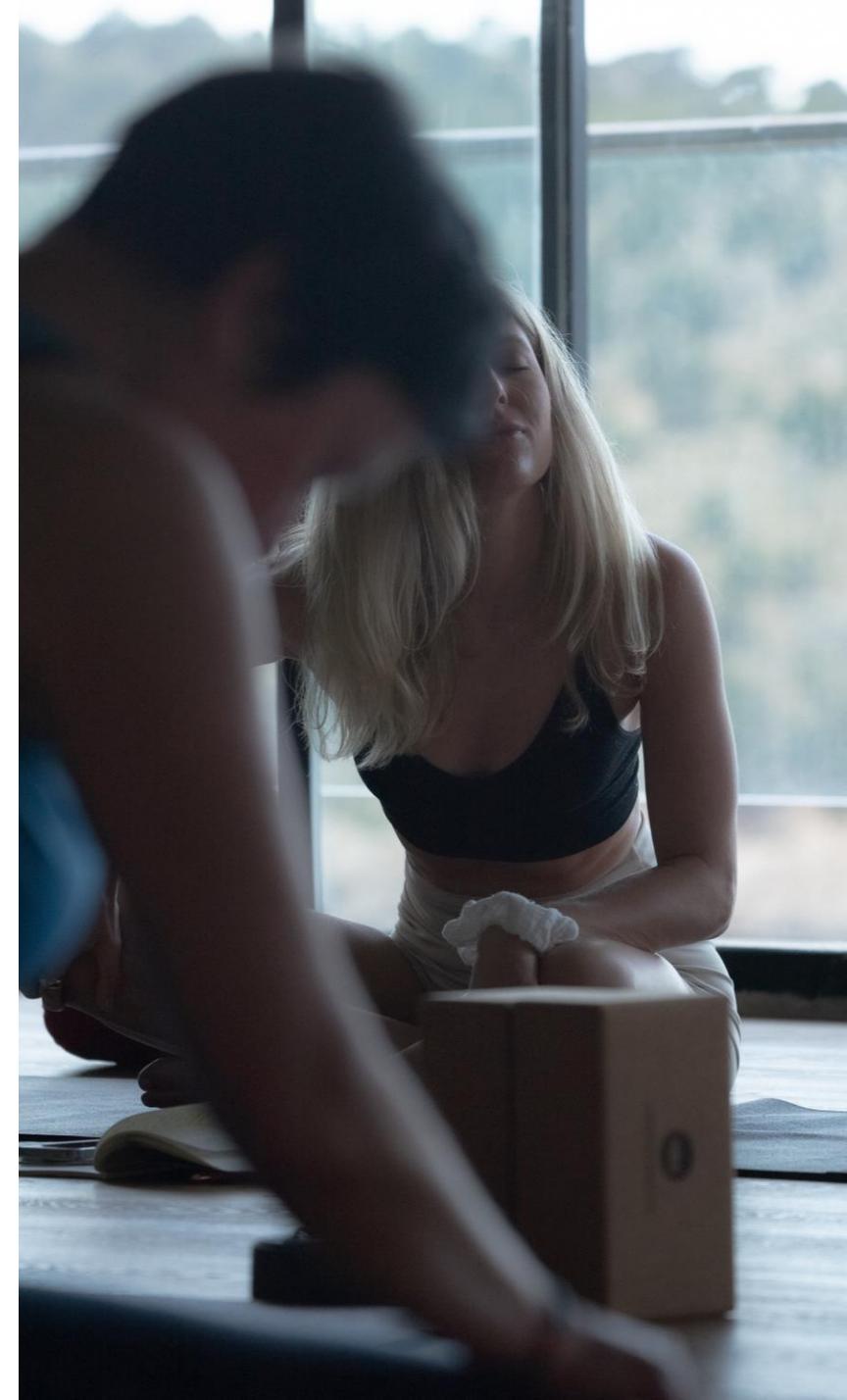
THE TEACHER.

Anna Welinder

Von Beruf freiheitsliebend - von Herzen Yogalehrerin

Anna ist absolute Naturliebhaberin, geboren und aufgewachsen in Tirol – St. Anton am Arlberg (Austria), mit einer großen Portion Lebenslust auf diese Welt gekommen, tanzt auf den verschiedensten Hochzeiten vom Grafik-Design, der Liebe zum Detail bis hin zum Yoga und alles rund um das Thema Bewegung – und sie liebt es. Wenn du sie nicht auf ihrer Yogamatte findest, dann ist sie mit Sicherheit auf ihrem Snowboard, Fahrrad oder beim Wandern irgendwo in der Natur zu finden.

Diese Vielfältigkeit spiegelt sich auch in ihrem Unterricht wider. Keine Yogastunde gleicht der anderen. Von Hatha bis Vinyasa, Yin/Restorative, Yoga Nidra, Nuad Thai/Thai Yoga ist alles zu finden. Yoga bedeutet für Anna nicht nur die Balance oder den Moment der Stille auf der Matte zu finden. Es ist die Chance deine Balance und vor allem deinen Weg zu dir in deinem eigenen Tempo zu finden. Es gibt keinen Konkurrenzkampf, kein richtig oder falsch, lass deinen Körper ganz kreativ fließen und deine Atmung tiefer werden. Es zählt jeder/e Einzelne, egal ob Anfänger oder Fortgeschritten.





THE TEACHER

Anna Welinder

**Hatha, Vinyasa, Yin/Restorative, Yoga Nidra,
Nuad Thai/Thai Yoga**

Neben zahlreichen Yoga Retreats an magischen Plätzen inmitten der Berge oder am Meer findet ihr Anna regelmäßig im Herzen Innsbrucks sowie einem von ihr geführten Yogastudio im Zentrum von St. Anton am Arlberg, ihrem Heimatort.

Ganz besonders wichtig ist es Anna sich ständig weiterzubilden und weiterzuentwickeln, denn eines ist klar – das ist der Anfang einer langen Reise.

DAS RETREAT.

Island Magic

Yoga - Meditation - Pranayama & Self discovery

Gönn dir ein einmaliges Erlebnis auf der magischen ISLA DE BALEARES. Die Zeit, in der die Insel wieder zu Blühen beginnt.

Während wir morgens durch eine dynamische, spielerische Morgenpraxis fließen werden wir den Tag mit einer ruhigen Yogapraxis abschließen, um uns zu erden und entschleunigen. Während des Retreats gibt es genügend Zeit, um auf "self discovery" zu gehen. Ich werde dich mit den unterschiedlichsten Tools dabei begleiten, dir Anstöße geben und freue mich, dich bald auf der Matte kennenzulernen.



DIE AGENDA.

Bohemian Yoga-Retreat | Anna Welinder | 9.-13. Mai 2024

Donnerstag, 09.05.

- › Anreise / Check in und Welcome Drink
- › 16-18 Uhr Welcome Circle inkl. Yogaeinheit
- › 19 Uhr „Balagan Menu“ – gemeinsames Dinner NENI Restaurant

Montag, 12.05.

- › 7:30-9 Uhr abschließende Yogaeinheit
- › ab 9 Uhr gemeinsamer Abschlussbrunch
- › Abreise oder individueller Verlängerungsaufenthalt Bikini Hotel

Freitag, 10.05. bis Sonntag, 11.05.

- › 7:30-9 Uhr Morning Bliss Yogaeinheit
- › ab 09 Uhr gemeinsamer Brunch
- › Freizeit individuell gestaltbar
- › 16:30-18 Uhr Evening Bliss Yogaeinheit

DAS PACKAGE.

Bohemian Yoga-Retreat | Anna Welinder | 9.-13. Mai 2024

IM
EINZELZIMMER
PRO PERSON
INKL. YOGA
1.666 €

IM
DOPPELZIMMER
PRO PERSON
INKL. YOGA
1.218 € *

- › 5 Tage So-Do (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 855 €, Verlängerungsnacht 212 €

** Standardkategorie (Garden Room)

*** nach Verfügbarkeit

ALLGEMEINE BEDINGUNGEN.

Bohemian Yoga-Retreat | Anna Welinder | 9.-13. Mai 2024

- › Teilnehmer: mind. 7 – max. 17
- › Buchung im Hotel unter dem Stichwort „Yoga Retreat, Katharina Pass“
- › 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