

im Dezember 2027
Palma de Mallorca

MEDITERRANES YOGA IM ADVENT

BETTINA
HARTMANN

RETREATS

Retreat im Dezember 2027 – Termin TBD

MEDITERRANES YOGA IM ADVENT

Hatha Yoga Flow • Rückenyoga • Yoga regenerativ • Meditation

Ein entspanntes Wochenende kräftigender und regenerierender Yogapraxis, individuellem Spa-Erlebnis und kultureller und kulinarischer Highlights in der vorweihnachtlichen Kulisse Palmas.

Bringt Ausgeglichenheit, Bewegung und Leichtigkeit in Euer Leben! Rückzug und entspannte mediterrane Vorweihnachtszeit genießen!

Im Advent zeigt sich die Hauptstadt Mallorcas von ihrer glanzvollen Seite. Unser Hotel liegt inmitten der historischen Altstadt. Eine bunte Mischung aus Stadtpalästen des 13. Jhs., blühenden Patios, Cafes, Bars, Galerien, kleinen Boutiquen, die beeindruckende Kathedrale und der berühmte Mercat Olivar, laden zum vorweihnachtlichen Bummel und Müßiggang ein.

4 Tage Yogapraxis im 5 Sterne Hotel Convent de la Missio, Palma de Mallorca
www.conventdelamissio.com

Das Convent de la Missiò, ein ehemaliges Kloster aus dem 17. Jh. verbindet heute alte Tradition, moderne Architektur und zeitgenössische Kunst auf eindrucksvolle Weise. Es ist unser yogischer Rückzugsort. Hier tauchen wir aus der vorweihnachtlichen Stimmung Palmas in eine Oase der Stille und Gelassenheit ein.

Herzliche Grüße

Bettina Hartmann

BETTINA
HARTMANN
RETREATS

Programm

Dynamisches Yoga und Rückenyoga am Morgen vitalisieren und kräftigen, lösen Verspannungen und Blockaden. Die regenerative Praxis am Abend wirkt ausgleichend, zentrierend und beruhigend. Die Yogastunden richten sich nach den individuellen Bedürfnissen und Voraussetzungen der TeilnehmerInnen. Yoga Beginner und Geübte sind herzlich willkommen!

Donnerstag	Individuelle Anreise Nachmittag: Welcome Yoga
Freitag	Vormittag: Meditation, dynamisches Yoga / Rückenyoga Nachmittag: regenerierendes Yoga
Samstag	Vormittag: Meditation, dynamisches Yoga / Rückenyoga Nachmittag: regenerierendes Yoga
Sonntag	Vormittag: Meditation, dynamisches Yoga / Rückenyoga Individuelle Abreise

Das Hotel

Entspannter Luxus, Professionalität und Herzlichkeit begegnen uns hier. Das Hotel bietet einen Spa zur exklusiven Nutzung mit Sauna und Hallenbad, sowie einen beheizten Rooftop-Pool mit Sonnenterasse.

Detaillierte Informationen unter **www.conventdelamissio.com**

BETTINA
HARTMANN
RETREATS

Unterkunft

Zimmerpreise inkl. Frühstück pro Person und Übernachtung.

Superior DZ	**145 Euro**
Superior DZ zur Einzelnutzung	**270 Euro**
Deluxe DZ	**165 Euro**
Deluxe DZ zur Einzelnutzung	**310 Euro**
Juniorsuite (2er Belegung, 3er Belegung auf Anfrage möglich)	**380 Euro**
Superior Suite (2er Belegung, 3er Belegung auf Anfrage möglich)	**440 Euro**

Verlängerungstage +/- 3 Tage zum exklusiven Retreatpreis möglich.

Kursgebühr

- 6 Yogaeinheiten (9 Std.) Yoga und Meditation, Donnerstag bis Sonntag **400 Euro**

Die Kursgebühr gilt inklusive Umsatzsteuer.

Buchung

- Zur Buchung kontaktiert mich bitte unter bhartmann.yoga@gmail.com. Die verbindliche Anmeldung erfolgt mit Überweisung der Kursgebühr.
- Hotelkosten sind per Anzahlung und direkt vor Ort an Convent de la Missio zu zahlen.
- Exklusive Flugticket und Transfer.

Im Falle einer Stornierung gilt:

- *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











BETTINA
HARTMANN
RETREATS







BETTINA
HARTMANN

RETREATS















BETTINA
HARTMANN

RETREATS

BETTINA HARTMANN
zertifizierte Yogalehrerin • Ayurvedacoach

Hatha Yoga Flow • Rückenyoga • Yoga für Frauen • Yogatherapie
Retreats • Ayurvedische Kochkurse • Ernährungsberatung

M 0049 (0)172 307 38 55
E info@yoga-bettinahartmann.de
W www.yoga-bettinahartmann.de

Den Augenblick genießen, im Alltäglichen das Besondere finden
und im Einfachen das Große entdecken.