

Yoga Adem retreat Ibiza 2022

Yoga adem retreat op Ibiza om te genieten van een inspirerend programma met yoga, adem & meditatie in de natuur nabij strand en zee op het magische eiland Ibiza.

Deze retreat begint op zondag met een opening vanaf 16.00 uur en het programma eindigt op vrijdag om ca. 13.00 uur.

Alle sessies in deze vakantie zijn in de natuur, zoals op het yoga dek in de boomgaard en aan zee. Bij uitzondering vanwege regen is een workshop binnen.

Het programma *

Uur	Zondag
	Aankomst Ibiza op zaterdag of zondag
16.00	Opening met yoga cirkel & meditatie
19.00	Diner

Uur	Maandag
8.00	Ademsessie & meditatie
10.00	Ontbijt
11.30	Natuur wandeling naar verborgen strandje in baai
16.00	Yoga of workshop
18.30	Diner
21.00	Avond meditatie of meditatieve wandeling

Uur	Dinsdag
8.00	Yoga
10.00	Ontbijt
11.30	Excursie
16.00	Yoga of workshop
18.30	Diner
21.00	Avond meditatie of meditatieve wandeling

Uur	Woensdag
8.00	Ademsessie & meditatie
10.00	Ontbijt
11.30	Nature walk
16.00	Yoga of workshop
18.30	Diner
21.00	Meditatieve wandeling

Uur	Donderdag
8.00	Yoga
10.00	Ontbijt
11.30	Excursie
16.00	Yoga of workshop
18.30	Diner
21.00	Avond meditatie of meditatieve wandeling

Uur	Vrijdag
8.00	Yoga, adem & meditatie
10.00	Ontbijt
11.30	Sharing circle
	Vrije tijd
	Terug reis op tijdstip naar keuze

* Wijzigingen voorbehouden.

De retreat om je hart te volgen. Met yoga, adem en Tension release op de mooiste plekken in de natuur en aan zee. Alle ruimte om te genieten en dieper te verbinden met je natuur.

Diverse vormen van yoga variërend van dynamisch tot meer meditatief. Ook kan je meedoen aan workshops zoals verbonden adem, tension release en chi kung.

De retreat wordt begeleid door Peter van der Burg en gast docente. Hij organiseert ruim 14 jaar het Yoga Festival op Terschelling en yogaweekenden van Yogaterschelling. Initiatiefnemer van het Ibiza Yoga Festival van 2011 tot en met 2015. De Ibiza retreats zijn hieruit ontstaan. Van harte welkom!

Informatie verblijf

Deze yoga retreat vindt plaats in het Noorden van Ibiza. Het verblijf is in een authentieke finca (boederij) schitterend gelegen op een plateau op een berg midden in de natuur. De afstand naar het strand is ca. 45 minuten lopen en met de auto ca. 10 minuten. De accommodatie is prachtig gelegen in nabijheid van Cala St Vicente. De sfeervolle finca is voorzien van keuken, douche's en wc en comfortabele tweepersoonskamers. Er is ook een buiten douche aanwezig, een yogadek en diverse terrassen in de tuin met vruchtenbomen.

Reisinformatie

Vlucht informatie Ibiza is gemakkelijk en snel bereikbaar, bijvoorbeeld binnen twee uur vliegen vanaf Amsterdam Schiphol Airport, Eindhoven Airport, Londen & Düsseldorf. Kijk voor meer vluchtinformatie op: www.transavia.com, www.vueling.com, www.ryanair.com, www.easyjet.com.

We raden je aan om je vliegticket zo snel mogelijk te boeken! Hoe eerder je boekt, hoe goedkoper het vliegticket is. Ibiza is een Corona groene zone. Dit betekent dat er geen PCR

test nodig is voor de terug reis. Er is wel een PCR test nodig voor de heenreis, alsmede is een papieren mondkapje nodig voor op het vliegtuig.

Reisinformatie van de luchthaven naar de accommodatie.

Wij kunnen je op verzoek ophalen wanneer je tussen ca. 12.00 uur en 19.00 uur op het vliegveld aankomt. De eigen bijdrage hiervoor is € 35.

Een andere mogelijkheid is om een taxi vanaf het vliegveld naar de accommodatie te nemen..

Of neem bij aankomst op de luchthaven van Ibiza bus 24 naar het busstation in Santa Eulalia. Busdiensten worden regelmatig aangeboden: elk uur van 8.00 - 23.00 uur. De busrit duurt ongeveer 30 minuten. Kijk voor meer informatie op Ibiza Bus.

Neem vanaf het busstation een taxi of vraag ons om je op te (laten)halen van het busstation Sant Eularia naar de accommodatie.

Een auto huren behoort ook tot de mogelijkheden, zodat je vrijer kan bewegen en meer van het eiland kan ontdekken. Er zijn diverse auto verhuurders op het vliegveld, zoals [Goldcar](#). Wij raden je aan om bij deze verhuurder een aanvullende verzekering te sluiten, zodat je geen eigen risico hebt.

Wat mee te nemen

- Paspoort of identiteitskaart
- Toiletartikelen
- Thermosfles of waterfles
- Zwemkleding en badhanddoek
- Geschikte kleding voor yoga
- Wandelschoenen en slippers
- Pen en papier
- Zonnebrandcreme en evt. anti muggen lotion
- Programma- en retreat informatie
- Papieren mondkapje (s) is o.a. nodig voor op het vliegtuig

Voor meer informatie, neem dan contact op met Peter van der Burg van Yogaterschelling. Wij kijken er naar uit om er een hele fijne vakantie van te maken!

Peter van der Burg
Tel: 06-19419538

info@yogaterschelling.nl
www.yogaterschelling.nl