

## Yoga Adem music retreat Ibiza 2022

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

Deze vakantie begint op zondag met een ontvangst 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 en aan zee. Een extra sessie aan zee in de middag of avond is in overleg mogelijk. Ontspannen op pad zijn.

### Het programma \*

Uur	Zondag 11 september
	Aankomst Ibiza
16.00	Ontvangst & Opening
16.30	Yoga cirkel & meditatie
19.00	Diner
	Maandag 12 september
8.00	Yoga & adem sessie
10.00	Ontbijt
11.30	Natuur wandeling naar verborgen strandje in baai
18.30	Diner & op pad
	Dinsdag 13 september
8.00	Yoga, adem & meditatie
10.00	Ontbijt
11.30	Excursie
18.30 - 21.00	Chanting circle with Kevin James Caroll
21.00	Diner
	Woensdag 14 september
8.00	Adem, yoga & meditatie
10.00	Ontbijt
11.30	Strand
19.00	Diner
21.00	Las Dalias: live muziek & dans avond
	Donderdag 15 september
8.00	Yoga & tension release
10.00	Ontbijt
11.30	Excursie
19.00	Indian diner
21.00	Op pad

## **Vrijdag 16 september**

8.00	Yoga, adem & meditatie
10.00	Ontbijt
11.30	Sharing cirkel
	Vrije tijd & vertrek op tijd 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 en voorheen het Ibiza Yoga Festival van 2011 tot en met 2015, waaruit deze retreat is ontstaan.

### **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](http://www.transavia.com), [www.vueling.com](http://www.vueling.com), [www.ryanair.com](http://www.ryanair.com), [www.easyjet.com](http://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. Het kan zijn dat hiervoor een eigen bijdrage van € 35 op van toepassing is.

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.

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](mailto:info@yogaterschelling.nl)  
[www.yogaterschelling.nl](http://www.yogaterschelling.nl)