



RETIROS ESPIRITUALES

por G.D.

Cada vez más personas buscan combinar sus días de vacaciones y relax con otras actividades más conscientes como el yoga o la meditación.

SPIRITUAL RETREATS. More and more people are looking to combine their holidays and relaxation with other, more aware activities like yoga or meditation.

RÜCKZUGSORTE FÜR GEIST UND SEELE. Immer mehr Menschen suchen während des Urlaubs bewusste Entspannung bei Yoga und Meditation.

Esta demanda creciente ha llevado a la apertura de lugares tan especiales como **Cal Reiet, el primer boutique hotel de la isla especializado en retiros holísticos y de yoga.**

Este verano tendrán lugar en su espacio en Santanyí diferentes encuentros como "Elementos del yoga", con Daphne Tse (del 21 al 26 de junio), "Autosanación interior y exterior", con Malin Sävstam (del 27 al 30 de junio), "Relajación corporal y consciencia profunda", con Katja Shumacher y Gabi Dörflinger (varias fechas en julio), un retiro con clases de escultura creativa en piedra (del 23 al 29 de julio) y la celebración del Día Internacional del Yoga, el 21 de junio, con múltiples actividades, desde talleres de yoga y meditación a concierto de mantras.

Balearic Retreats organiza retiros en fincas rústicas alejadas de la ciudad, en las que se sirve una deliciosa cocina mediterránea vegetariana. Algunos de los encuentros que

tendrán lugar este verano son: retiro de "Ashtanga Yoga", con Astrid Holte (del 18 al 24 de junio), retiro de yoga con Melissa Ghattas (del 16 al 22 de julio), o formación para profesores de yoga para embarazadas (20-26 agosto), entre otros retiros.

Otro lugar muy especial donde descansar es **Casa Iemanjá**. En su acogedora finca, entre Inca y Llubí, se llevan a cabo retiros de todo tipo. Por ejemplo, en julio preparan uno de yoga y danza. Y en Santa María, la **Emogranja** se dedica a cultivar los valores y el talento de las personas a través de la gestión emocional y el contacto con la naturaleza. Además, realizan muchos talleres de este tipo con niños y retiros de silencio.

This growing demand has led to the opening of very special places like Cal Reiet, the island's first boutique hotel specialising in yoga and holistic retreats. This summer,

different gatherings will be held in its space in Santanyí, such as "Yoga Elements", with Daphne Tse (21st to 26th June), "Internal and external self-healing", with Malin Sävstam (27th to 30th June), "Bodily relaxation and deep consciousness", with Katja Shumacher and Gabi Dörflinger (several dates in July), a retreat with creative stone sculpture classes (23rd to 29th July) and the celebration for International Yoga Day, on 21st June, with multiple activities, ranging from yoga and meditation workshops to a mantra concert.

Balearic Retreats organises retreats in rural estates away from the city, where delicious vegetarian Mediterranean cuisine is served. Some of the gatherings that will take place this summer are: "Ashtanga Yoga" retreat, with Astrid Holte (18th to 24th June), yoga retreat with Melissa Ghattas (16th to 22nd July), or training for yoga instructors for expectant mothers (20th-26th August), as well as other retreats.



Fotos: Balearic Retreats.

Another very special place where one can rest is **Casa Iemanja**. All kinds of retreats are held on this welcoming estate located between Inca and Llubi. For example, for July they are preparing a yoga and dance retreat. And in Santa María, **Emogranja** is dedicated to **cultivating people's values and talent through emotional management and contact with nature**. They also organise many workshops of this kind with children, as well as silence retreats.

Aufgrund der steigenden Nachfrage eröffnen immer mehr Hotels, die diesen Service bedienen, z.B. das **Cal Reiet** in Santanyí, das **erste Boutique-Hotel Mallorcas**,

das auf Holistik und Yoga spezialisiert ist. In diesem Sommer finden hier mehrere Retreats statt, u.a. „Yoga elements“ mit Daphne Tse (21. bis 26. Juni), „Innere und äußere Selbstheilung“ mit Malin Säuvstamm (27. bis 30. Juni), „Körperentspannung und Tiefenbewusstsein“ mit Katja Schumacher und Gabi Dörflinger (mehrere Termine im Juli) sowie ein Retreat mit Workshops, bei denen kreative Steinbildhauerei mit Yoga kombiniert wird (23. bis 29. Juli). Am 21. Juni, dem Internationalen Tag des Yogas, stehen **zahlreiche Aktivitäten, Yoga- und Meditationskurse und ein Mantra-Konzert auf dem Programm**.

Balearic Retreats organisiert Retreats auf Fincas, weitab vom Stadtleben, wo köstliche vegetari-

sche Mittelmeerküche serviert wird. Während der Sommermonate werden u.a. folgende Retreats stattfinden: „Ashtanga Yoga“ mit Astrid Holte (18. bis 24. Juni), Yoga mit Melissa Ghattas (16. bis 22. Juli) und ein **Yogalehrer-Fortbildungskurs für Yoga mit Schwangeren** (20. bis 26. August).

Ein weiteres empfehlenswertes Hotel ist das **Casa Iemanja**. Auf der malerischen Finca zwischen Inca und Llubi finden vielfältige Retreats statt. Für Juli ist ein Retreat mit Yoga und Tanz geplant. Das Haus **Emogranja** in Santa María fördert die **Tugenden und Talente der Teilnehmer durch emotionales Management und den Kontakt mit der Natur**. Hier gibt es zahlreiche dieser Kurse für Kinder sowie Schweige-Retreats.

IBEROSTAR Grand Hotel Portals Nous EXQUISITEZ MEDITERRÁNEA

Este verano, IBEROSTAR Hotels & Resorts abre las puertas del primer The Grand Collection de la compañía en el Mediterráneo: **IBEROSTAR Grand Hotel Portals Nous. Un hotel boutique que reúne todas las características necesarias para convertirse en un referente de la isla**, ubicado en las cercanías de Puerto Portals, uno de los puertos deportivos más prestigiosos del litoral y considerado uno de los más exclusivos.

IBEROSTAR Grand Hotel Portals Nous ofrece una combinación perfecta de arquitectura sostenible, diseño de vanguardia y servicios premium. **Las 66 exclusivas habitaciones recogen la impronta de Marcel Wanders con una perfecta mezcla de piezas artísticas y ambientes cálidos**, convirtiendo a este hotel solo adultos en una obra de arte en sí mismo para sorprender a todos los huéspedes que quieren disfrutar de unos días de relax, placer y lujo a orillas del Mediterráneo.

MEDITERRANEAN EXQUISITENESS. This summer IBEROSTAR Hotels & Resorts opens up the doors of the company's first The Grand Collection establishment in the Mediterranean - IBEROSTAR Grand Hotel Portals Nous. A boutique hotel that unites all of the necessary characteristics to become a beacon on the island, located close to Puerto Portals, one of the most prestigious marinas on the coast which is also considered one of the most exclusive.

IBEROSTAR Grand Hotel Portals Nous offers a perfect combination of sustainable architecture, avant-garde design and premium services. The 66 exclusive guest rooms bear the mark of Marcel Wanders with a perfect combination of arty pieces and warm ambiances, making this adults-only hotel a work of art in itself which will surprise all guests wishing to enjoy a few days of relaxation, pleasure and luxury on the shores of the Mediterranean.

MEDITERRANE VORZÜGLICHKEIT. In diesem Sommer eröffnet IBEROSTAR Hotels & Resorts mit dem IBEROSTAR Grand Hotel Portals Nous das erste Hotel der The Grand Collection. **Das Boutique-Hotel in unmittelbarer Nähe des exklusiven prestigeträchtigen Nobelyachthafens Puerto Portals hat alle Voraussetzungen, um sich als exquisite Adresse auf der Insel zu etablieren.**

Das IBEROSTAR Grand Hotel Portals Nous bietet die perfekte Kombination aus nachhaltiger Architektur, Avant-garde-Design und Premium-Service. **Die 66 exklusiven Zimmer tragen das Siegel von Designer Marcel Wanders und beeindruckten mit der perfekten Mischung von Arty Stücken und angenehmer Atmosphäre, die das Adults Only Hotel selbst zum Kunstwerk erheben und die Gäste überraschen, die entspannte, vergnügte und luxuriöse Urlaubstage hier am Ufer des Mittelmeeres erleben wollen.**

IBEROSTAR GRAND HOTEL PORTALS NOUS. C. Falconer 19, Portals Nous · T. (+34) 971 99 80 60 · grandhotelportalnous.com

