

Für einen reibungslosen Energiefluss



➔ **Be better Chakra** ist eine sorgsam zusammengestellte Auswahl an hochwertigen Bio-Teemischungen von Yoga-Expertin Kerstin Linnartz, die die verschiedenen Körperchakren unterstützen. 15 biologisch abbaubare Teebeutel, 5,95 €. www.solarisbiotee.de

Foto: Cal Reiet



Yoga-Hideaway mit mallorquinischem Charme

Cal Reiet Holistic Retreat „Nahrung soll nicht nur unseren Körper nähren, sondern auch unsere Seele“, sagt Yogalehrerin Petra Bensland. Gemeinsam mit ihrem Mann Henning hat sie auf Mallorca einen Ort geschaffen, an dem Gäste wieder zu sich finden können. Mit Yoga, Spa-Behandlungen und vegener Detox-Küche des Restaurants Cal Reiet's Table, wo die Philosophie „food as medicine“ (Ernährung als Medizin) lautet. www.calreiet.com

