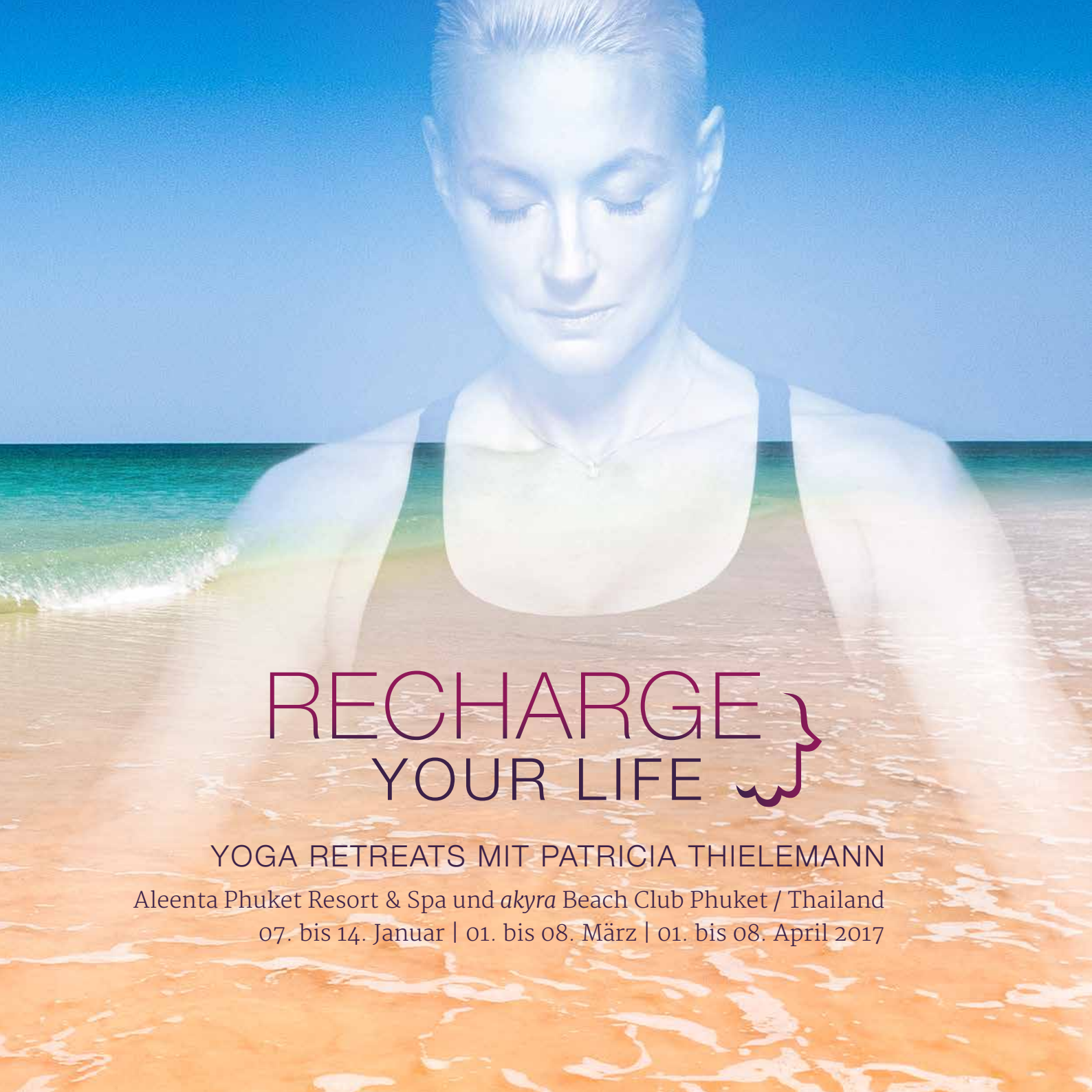


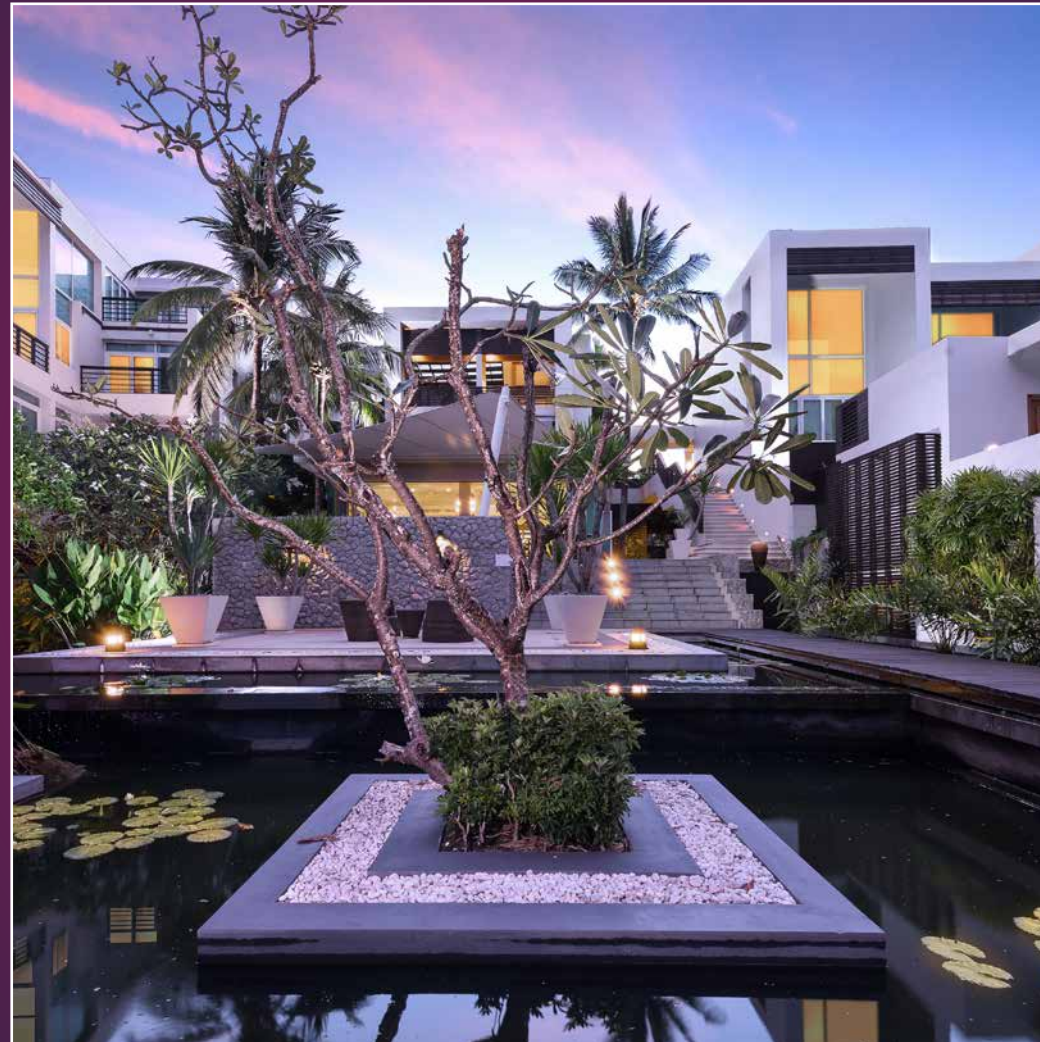


RECHARGE YOUR LIFE }

YOGA RETREATS MIT PATRICIA THIELEMANN

Aleenta Phuket Resort & Spa und *akyra* Beach Club Phuket / Thailand

07. bis 14. Januar | 01. bis 08. März | 01. bis 08. April 2017



RECHARGE YOUR LIFE

Patricia Thielemann lädt ein, mit ihr in den Aleenta und *akyra* Luxury Beach Resorts tiefer in die Praxis des Spirit Yoga einzutauchen. Unter dem Motto „Recharge Your Life“ dreht sich in paradiesischer Umgebung alles darum, Ihre Batterien wieder aufzuladen.

Diese einzigartigen Yoga-Retreats bieten die Chance, in absoluter Privatsphäre mit der natürlichen Schönheit der Natur und sich selbst in Kontakt zu treten. Hier sind eine hervorragende Yoga-praxis mit einer der renommiertesten Yogalehrerinnen Europas – die als Vordenkerin des modernen Yoga gilt – und der Komfort eines luxuriösen und exklusiven 5-Sterne Hotels vereint.

All das gibt Ihnen die Chance, wieder Klarheit und Kraft aufzubauen, um die Herausforderungen ihres Lebens anpacken und mit positiver Energie meistern zu können. Ganz nebenbei lernen Sie die Geheimnisse des Yoga und seine Philosophie kennen – und wie beides Ihr tägliches Leben bereichern kann! Entdecken Sie die essentiellen Schlüssel des Lebens und lassen Sie sich inspirieren, wahrhaft in „Ihr Licht zu treten.“

Sie haben die Wahl: entweder wohnen Sie im exklusiven „Aleenta Boutique Luxury Beach Resort & Spa“, wo auch das Yoga stattfindet und das „Ayurah Wellness Centre“ ist. Das stilvoll und minimalistisch gestaltete 5-Sterne Resort ist ein Ort der Ruhe – ganz im Sinne des Zen-Gedankens. Zu Recht ist das Aleenta Mitglied der „Small Luxury Hotels of the World“. Der makellose, kilometerweite weiße Sandstrand lässt unendlich viel Raum für Inspiration und neue Sinneseindrücke.



Oder wählen Sie den stylischen „*akyra* Beach Club“ ein paar Meter weiter den Strand entlang. Der Club ist ebenfalls im minimalistischen Stil gehalten und lebt von seiner großzügigen Raumgestaltung, die ihre Sinne belebt. Fernab vom Massentourismus zeigt sich Thailand hier von seiner schönsten Seite. In einzigartiger, nährnder Atmosphäre treffen Genuss, Schöngeist und hervorragender Yoga aufeinander.

Ein Traum wird Wirklichkeit – kommen Sie mit Spirit Yoga nach Thailand.

DAS PARADIES AUF ERDEN ...



... ist an einem 20 Kilometer langen, makellos weißen Sandstrand – dem traumhaften Natai Beach in der Bucht von Phang Nga nördlich von Phuket. Fern der Hektik des Alltags genießen die Gäste eine malerische Aussicht und die natürliche Schönheit der Umgebung.

Das 5-Sterne Hotel „Aleenta“ und der Beach Club „*akyra*“ verschmelzen harmonisch mit der Landschaft: Große,

mobile Wände aus Glas, individuell geformte Pools und absolute Privatsphäre verkörpern dies. Die durch die James Bond-Felsen bekannte Bucht (Khao Phing Gan) von Phang Nga liegt nicht weit entfernt und ist ein beliebtes Ausflugsziel. Aleenta, *akyra* und die Schätze der Umgebung warten nur darauf, von Ihnen entdeckt zu werden.

DAS PROGRAMM

Tag 1

(07. Januar, 01. März und 01. April)

12:00 Uhr
16:30 – 18:30 Uhr
19:00 Uhr

Ankunft, individuelle Beratung
Orientierung, Kennenlernen und Yogaklasse
Eröffnungszeremonie und gemeinsames Abendessen

Tag 2 bis 7

(08. bis 13. Januar, 02. bis 07. März und 02. bis 07. April)

08:00 – 08:30 Uhr
08:30 – 10:00 Uhr
10:15 – 11:15 Uhr
15:00 – 17:00 Uhr
16:30 – 17:30 Uhr

Meditation
Intensive Spirit Yogapraxis
Brunch
Yogatherorie, Yogaphilosophie und Selbstentwicklung
Spirit Yoga „Moonlight“ restorative Praxis

Tag 8

(14. Januar, 08. März und 08. April)

Ende des Retreats, Abreise oder Start der individuellen Weiterreise



Insgesamt bietet Ihnen ein Aufenthalt im Aleenta Beach Resort & Spa sowie im *akyra* Beach Club eine breite Palette an Aktivitäten und Erlebnissen. Von atemberaubenden Sonnenuntergängen bis zum azurblauen Wasser des Meeres, von der ruhigen Meditation in abgeschiedenen Gärten bis zu luxuriösen Besuchen im „Ayurah Wellness Centre“ im Aleenta oder in den Restaurants „The Edge“, direkt am Strand gelegen oder im traditionellen Thai-Restaurant „The Natai“. Hier laden Meisterköche zum gesunden Schlemmen. Die reichhaltige Auswahl wird ihre Sinne begeistern.



ENTDECKEN SIE IHR PARADIES MIT SPIRIT YOGA ...

Nehmen Sie sich Ihre Zeit – ohne Blick auf die Uhr, Termindruck oder Hektik und Stress. Entdecken Sie die Langsamkeit, erleben Sie die Romantik einer „Floating Lantern Ceremony“ unterm Sternenhimmel am Strand. Finden Sie zu sich selbst in dieser einmaligen Landschaft Thailands.

Das Aleenta Resort & Spa wurde ausgezeichnet:

- 2016 Five Star Winner of Best Resort Hotel by
WORLDS LUXURY SPA AWARDS“,
Mitglied „Small Luxury Hotel of the World“
- 2015 Winner of „Best Luxury Beach Resort – Thailand &
LUX Spa of the Year“ by the LUX Hotel & Spa
Awards



Mehr Impressionen finden Sie im Internet unter
www.aleenta.com/phuket und
www.theakyra.com/phuket

Alle Infos zum Retreat auch unter
www.spiritryoga.de/retreats

AKTIVITÄTEN UND ENTSPANNUNG

Jeden Morgen gibt es ab 7:30 Uhr frischen Saft und Früchte vor der Meditation. Die Yogapraxis findet im Studio im Aleenta statt. An jedem Tag werden Yoga- und Meditationseinheiten angeboten. Es ist möglich, Yoga-Privatstunden bei Patricia Thielemann oder einem der begleitenden Spirit Yoga Mentorlehrer zu buchen (nicht im Preis enthalten).



Der freie Geist von Spirit Yoga zeigt sich selbstverständlich auch auf Reisen. Sie entscheiden, ob Sie lieber in geselliger Runde der Abendsonne entgegen segeln möchten, allein am Strand spazieren gehen oder ein romantisches Dinner zu zweit genießen möchten.

Familien mit Kindern und nicht Yoga praktizierende Partner sind übrigens herzlich willkommen. Neben dem Yogaretreat-Programm können Sie Aktivitäten verschiedenster Art wahrnehmen. Das „Ayurah Wellness Centre“ im Aleenta bietet eine Fülle an Auswahlmöglichkeiten wie traditionelle Thai Massage und außergewöhnliche Angebote wie z.B. Farbtherapie und einen Vichy-Duschraum.



Für die Kinder ist im hauseigenen „Explorer Kids Club“ bestens gesorgt. Des Weiteren können Outdoor-Aktivitäten wie z. B. Mountain Biking, Schnorcheln, Tauchen und Fischen (zum Teil gegen Gebühr) unternommen werden. Organisierte Tagestouren sind im Hotel direkt buchbar. Zusätzlich hat man die Möglichkeit, die Insel Phuket und die Region Phang Nga mit dem Mietwagen auf eigene Faust zu erkunden und zu entdecken. Auch Golf Freunde kommen auf ihre Kosten – in der Region befinden sich einige sehr bekannte Plätze.





Essen und Trinken

Nach der täglichen, morgendlichen Yogapraxis wird es ein reichhaltiges Frühstücksbuffet geben. An zwei der Abende sind gemeinsame Dinner geplant.

Das Restaurant „The Edge“ ist das elegante Restaurant in direkter Strandlage mit internationaler Küche am traumhaften Natai Beach und bietet moderne asiatische Küche auf höchstem Niveau.

Im traditionellen Thai-Restaurant „The Natai“ wird täglich ein exklusives Frühstück sowie internationale und thailändische Abendessen serviert. Drinks und kleine Snacks in lockerer Atmosphäre am Infinity-Hauptpool serviert. Gäste entspannen hier im Lounge-Bereich oder auf der Dachterrasse.

Zimmer und Ausstattung

Im Aleenta wohnen Sie in einer Grand Deluxe Pool Villa (180 m²) mit einem separaten Wohnraum und privaten Pool mit blickgeschützter Sonnenterrasse.

Im *akyra* wählen sie zwischen „Deluxe Suite“, Garden Villa“ oder „Sea View Villa“.

Fern vom Trubel der Zivilisation finden Sie hier Ruhe und Ausgeglichenheit. Einfach nur in der Sonne liegen, vielleicht ein Buch lesen, Luxus pur.

Besondere Leistungen und Vergünstigungen

...für alle Teilnehmer am Spirit Yoga Retreat sind im Preis inbegriffen:

- Täglich zwei Yogaklassen und Meditation sowie Yoga philosophie (am Anreisetag eine Yogaklasse, am Abreisetag keine)
- Ausgiebiges, exotisches Frühstücksbuffet (inklusive Getränke) im Aleenta Thai Restaurant.
- Dinner im Restaurant, wo auch die Zimmer gebucht sind.
- Auswahl zwischen vegetarisch oder mit Fisch oder Fleisch und jeweils ein Erfrischungsgetränk (weitere und alkoholhaltige Getränke sind nicht im Preis inbegriffen). Oder bestellen Sie á la carte (der Preis wird mit dem des Menues verrechnet)
- Begrüßungs- und Abschiedsdinner mit jeweils einem

- Special Menue und einem besonderen Cocktail
- Zwei Ganzkörpermassagen je 60 Minuten* ODER ein Facial mit der Linda Meredith Pflegelinie
- Täglich 2 „Wellness Drinks“ sowie gesunde Snacks auf dem Zimmer
- Snacks und Getränke vor jeder Morgenpraxis
- Goodie-Bag mit Überraschungen aus den Aleenta und Spirit Yoga Produktserien
- Shuttle Service zwischen Aleenta und *akyra* Beach Club Resort
- Exklusiver Shuttleservice zum Flughafen Phuket (Hin- und Rückfahrt)

*Erweiterte und zusätzliche Spa-Anwendungen sind nicht im Preis enthalten und müssten über die Spa-Rezeption des Hotels direkt gebucht werden.

PREISE UND KONDITIONEN

Aleenta Phuket

Datum	7 Nächte / 1 Person	7 Nächte / 2 Personen
Grand Deluxe Pool Villa		
07. bis 14. Januar 2017	124,500	165,000
01. bis 08. März 2017	124,500	165,000
01. bis 08. April 2017	89,500	130,000

akyra Phuket

Datum	7 Nächte / 1 Person	7 Nächte / 2 Personen
Deluxe Suite		
07. bis 14. Januar 2017	64,700	101,400
01. bis 08. März 2017	75,200	111,900
01. bis 08. April 2017	82,200	118,900
Garden Villa		
07. bis 14. Januar 2017	64,700	101,400
01. bis 08. März 2017	75,200	111,900
01. bis 08. April 2017	82,200	118,900
Sea View Villa		
07. bis 14. Januar 2017	57,700	94,400
01. bis 08. März 2017	64,700	101,400
01. bis 08. April 2017	71,700	108,400

Die Preise sind in der thailändischen Währung Baht angegeben. Die Umrechnung in Euro erfolgt zum Zeitpunkt Ihrer Buchung nach dem aktuellen Umrechnungskurs. Zur Orientierung konsultieren Sie ein Umrechnungsprogramm (z.B.: www.xe.com).

Reiserücktrittsbedingungen erfahren Sie – gemäß den Richtlinien von Aleenta und dem *akyra* Beach Club – direkt auf den Webseiten der Hotels.

Andere Villen oder Zimmer Kategorien können über das Hotel direkt gebucht werden. Verlängerungen des Hotel-aufenthalts vor oder im Anschluss des Retreats sind ebenfalls direkt über im Hotel buchbar. Alle Fragen zur Unterkunft sowie Sonderkonditionen und Zusatzbuchungen besprechen Sie direkt mit ihrem Buchungsmanager im Aleenta Resort oder im *akyra* Beach Club.

Im Preis inbegriffen sind das komplette Yoga Programm, die besonderen Leistungen und Vergünstigungen und sieben Übernachtungen inkl. Halbpension. Weitere Anwendungen im Spa, private Yogastunden und die Reisekosten sind im Preis nicht enthalten.

Anmeldung

Buchung im Aleenta:
rsvn.aph@aleenta.com
www.aleenta.com/phuket

Buchung im *akyra* Beach Club:
rsvn.akph@theakyra.com
www.theakyra.com/phuket

Beide Häuser werden sich umgehend mit Ihnen in Verbindung setzen, um alle Schritte in die Wege zu leiten und Sie umfassend bei der Reiseplanung zu beraten.

Informationen

Fragen hinsichtlich des Yoga Angebots richten Sie an Spirit Yoga. Ihre Ansprechpartner sind:

Brian Kapell, Retreat Manager
Tel. +49 (0)173 649 01 06
bk@spirityoga.de

Dr. Inga Bolien
Tel. +49 (0)30 26 30 80 52
i.bolien@spirityoga.de



www.aleenta.com/phuket



www.theakyra.com/phuket



Spirit Yoga und Spa GmbH & Co. KG

Goethestraße 2-3

10623 Berlin

Telefon +49 (0) 30 27 90 85 05

Telefax +49 (0) 30 43 72 70 06

E-Mail: info@spirityoga.de

Web: spirityoga.de/retreats

