

# RESPIRA

RETREAT

*Gran Canaria  
24 - 29 September  
2024*

*@purayoga  
@sanadharmma*



*Dieses Retreat ist komplett auf Deutsch  
Este retiro se realizó íntegramente en Alemán*



Schalte ab, um dich mit dir zu verbinden!

“Respira” ist zurück,  
aber diesmal auf Deutsch und auf Gran  
Canaria in einer dritten Auflage, eine  
einzigartige Erfahrung, die dir durch  
Atmung, Yoga und uralte Techniken  
helfen wird, von deinem täglichen Leben  
voller Ablenkungen "abzuschalten", um  
dich mit der Natur, dem Universum und  
mit dir selbst zu verbinden.

# Unterkunft

Sana Dharma Glamping Resort @sanadharmma

Befindet sich auf der idyllischen Finca Las Orillas in Maspalomas. Dies ist ein außergewöhnliches Reiseziel, das den Komfort und Luxus einer Unterkunft mit einer intimen Verbindung zur Natur verbindet.

Jedes Glamping hat 3 Betten zum teilen, mit reichlich Platz.

Zugang zu allen Gemeinschaftsbereichen:

Beheiztes Schwimmbad, 150 m<sup>2</sup> große Shala, mehrere Entspannungsbereiche mit balinesischen Betten, Gemeinschaftsbäder und -duschen im Freien.

Das Retreat wird 6 Tage und 5 Nächte dauern.

Ankunft Dienstag der 24.09

Abreise Sonntag den 29.09



# Einrichtungen



# *Gesunde und bewusste Ernährung*

Das Retreat beinhaltet  
Vollpension, basierend auf einer  
vegetarischen Ernährung,  
zubereitet von spezialisierten  
Köchen der Insel, die Momente der  
Ernährung in Momente purer  
Magie verwandeln.





# *Unser Konzept*

In dieser zweiten Auflage zielt unser Breathwork Retreat darauf ab, dich durch den Atem wieder in Verbindung zu bringen.

Breathwork (=Atemarbeit) ist eine Technik, die dir zeigt, wie du den analytischen Verstand ausschalten und dich auf eine innere Reise begeben kannst, und dich dadurch von unterdrückten Emotionen, Ängsten und einschränkenden Glaubenssätzen befreien kannst, die dich daran hindern, dich erfüllt und glücklich zu fühlen. Wenn du richtig und bewusst atmest, entdeckst du die große Heilkraft, die in dir wohnt.

# *Weitere Therapien*



*KAP - Kundalini Activation Process*

*Breathwork und Ice Bath*

*Koisu Aquahealing*

*Quantum Healing*

*Cacao Ceremony*

*Meditative Reise mit 3D Kopfhörern*

*Sound Healing*

*Yoga*

*Live Musik*

# Preise



PURA YOGA

**Der Preis beinhaltet:** den Aufenthalt , komplette Verpflegung, alle Kurse, Ausflug und Begleitung während des Prozesses.

---

**Der Preis beinhaltet nicht:** Flug und Transport bei Ankunft und Abflug. (wir helfen gerne mit tips)

## Early Bird

- bis zum 1 Juni
- Einmalige Zahlung

---

997€

## Preis

- Anzahlung 500€
- bis 1 September Komplette Zahlung

---

1097€

## Kontakt

Tlf: 0049 171 1476213

Comdirect

Marianeli Montano de la Vega

Kontonummer:

DE76 2004 1155 0274 2195 00

Verwendungszweck:  
GC Retreat/Name



# Das Team



*Melanie Meier*

Yoga Lehrerin  
KAP  
Koisu Aquahealing

@melanie\_sanadharma



*Marianeli M. De la Vega*

Yoga Lehrerin  
Breathwork  
Cacao Zeremonie  
Quantum Healer

@pura\_yoga



*Nayra Plo*

Yoga Lehrerin  
Breathwork  
Koisu Aquahealing  
Quantum Healer

@nayraplo



PURA YOGA



[www.purayoga.de](http://www.purayoga.de)  
[www.sanadharma.com](http://www.sanadharma.com)