



HEALING RETREAT

IBIZA

July 4TH - 7TH 2024
NEAR EIVISSA/ IBIZA
SPAIN



EXPERIENCE THE
MAGIC OF IBIZA
WITH ME

PROGRAMM

Donnerstag

15H CHECK-IN
17H WELCOME CIRCLE & SANFTES ANKOMMEN
20H ABENDESSEN

Freitag

KAFFEE, FRÜCHTE, TEE, NÜSSE
8:30-10H MORGEN YOGA
10:30H BRUNCH
FREIZEIT
18H HEIL- & ENTSPANNUNGSSSESSION
20H ABENDESSEN

Samstag

KAFFEE, FRÜCHTE, TEE, NÜSSE
8:30-10H MORGEN YOGA
10:30H BRUNCH
FREETIME/ HIPPY MARKET
FREIZEIT
18H HEIL- & ENTSPANNUNGSSSESSION
20H ABENDESSEN

Sonntag

KAFFEE, FRÜCHTE, TEE, NÜSSE
8:30-10H MORGEN YOGA
10:30H BRUNCH
12H CHECKOUT

Mediterrane Auszeit zum Entspannen und Auftanken

Du möchtest deinem Alltag für eine Weile entfliehen und sehnst dich nach einer kleinen Auszeit?

Ein Yoga-Wochenende ist die Gelegenheit, einen Moment innezuhalten und durchzuatmen. Du hast endlich Zeit, neue Kräfte zu sammeln und bist mit Gleichgesinnten zusammen.

Casa Wonne ist ein verstecktes privates Juwel auf der Insel des Tanzes und der Musik. Dieses Wochenende ist deine Chance, das kristallklare Meer dieser besonderen Insel zu erleben. Der Hippie-Markt, Las Dalias. Geheime Orte wie Höhlen und "Es Vedra". Sich mit viel Liebe von gesundem vegetarischem oder veganem Essen zu ernähren. Dies ist deine kleine Auszeit von Arbeit, Familie und all deinen täglichen Aufgaben. Tiefe innere Verbundenheit mit der Insel, deiner Seele und deinem Körper. Mit viel Klarheit bereit, die nächsten Schritte zu gehen.

Gönn dir diese Zeit, um aufzutanken, loszulassen und alle Schichten und deinen Körper von innen heraus neu auszurichten und zu nähren. Tiefes Loslassen und sich entspannt fühlen. Ein ruhiges Nervensystem und viel mehr Klarheit mit verbesserter geistiger Gesundheit. Mehr Flexibilität und Kraft auf körperlicher Ebene. Ich- Zeit für Entspannung am Pool oder am Meer. Deine Zeit, um dich wieder mit der Weisheit von innen zu verbinden.



Die Location



INKLUDIERT

°TEE, KAFFEE, GEFILTERTES WASSER, FRÜCHTE UND NÜSSE

*ORGANIC BRUNCH & ABENDESSEN

*3 ÜBERNACHTUNGEN

°ALLE YOGA & HEALING SESSIONS MORGENS UND ABENDS

*JEDE MENGE FREUDE, LIEBE & NATUR

*YOGA-HILFSMITTEL SIND IN CASA WONNE ERHÄLTlich

NICHT INBEGRIFFEN, FLUGHAFENTRANSFER (15 MIN.), ZUSÄTZLICHE BEHANDLUNGEN, FLÜGE

PREISE

1 PERSON: 1028 EUROS

EARLY BIRD DISCOUNT UNTIL DEC 31ST 878 EUROS

(RECOMMENDATION & FOOD ARE AROUND 580 EURO - IN THE PRICE INCLUDED)

CANCELLATION POLICY:

100% DEPOSIT REFUND
60+ DAYS BEFORE RETREAT START DATE

50% DEPOSIT REFUND
30-59 DAYS BEFORE RETREAT START DATE

0% DEPOSIT REFUND
0-29 DAYS BEFORE RETREAT START DATE
REMAINING BALANCE

- REMAINING BALANCE IS DUE 30 DAYS BEFORE THE RETREAT START DATE.
- IF PAID AT THE TIME OF BOOKING, A FULL REFUND OF THE REMAINING BALANCE IS AVAILABLE UP TO 30 DAYS BEFORE YOUR RETREAT START DATE.
- IF YOU CANCEL 0-29 DAYS BEFORE YOUR RETREAT START DATE REMAINING BALANCE IS NOT REFUNDABLE.

Ulrike Manhart

ICH BIN ZERTIFIZIERTE YOGALEHRERIN, THERAPEUTISCHE KÖRPERBEARBEITERIN UND AUSGEBILDET IN BIODYNAMISCHER CRANIO SACRAL THERAPIE UND VIELEN ANDEREN THERAPIETECHNIKEN MIT ÜBER 23 JAHREN ERFAHRUNG & ZERTIFIZIERTE MEDIENTECHNIKERIN SOWIE AKASHIC ASCENSION FACILITATOR & TRAINER FÜR HOLISTISCHE AUSBILDUNGEN.

MEINE ELTERN (ALLGEMEINMEDIZINER UND KINESIOLOGIN) LEGTEN DEN GRUNDSTEIN FÜR MEINE LIEBE ZU GESUNDHEIT UND DER GESUNDHEITSPRÄVENTION.

YOGA UND DIE KÖRPERZENTRIERTE AKTIVIERUNG DER SELBSTHEILUNGSKRÄFTE IST MEINE GROSSE LEIDENSCHAFT. MEHR VON DER SEELENSSENZ IN DEN KÖRPER ZU BRINGEN DURCH ARBEIT IM QUANTENFELD IST MEINE SPEZIALITÄT.

BEWEGUNG BEDEUTET FÜR MICH LIEBE, KRAFT, INNERE FREUDE UND LEICHTIGKEIT, SOWIE BESCHLEUNIGUNG, HEILUNG, AUSGLEICH UND TRANSFORMATION INNERER PROZESSE. MEIN YOGAUNTERRICHT UMFASST VINYASA FLOW, YIN YOGA, MEDITATION, PRANAYAMAS (ATEMTECHNIKEN) UND POSITIVE LEBENSPHILOSOPHIE. SIE UNTERSTÜTZEN IHR PERSÖNLICHES ERWACHEN SOWIE IHRE POTENTIALENTFALTUNG AUF ZELLULÄRENER EBENE. DURCH DEN TANZ SCHAFFEN WIR EINE VERBINDUNG ZWISCHEN KOSMOS UND ERDE. WIEDERVERBINDEN.

HERZZENTRIERT UND HERZBASIIERT, IN UNSEREN SESSIONS ÖFFNE ICH DIE TÜR ZU ENTSPANNUNG UND SELBSTLIEBE UND WIR KLÄREN, WAS NICHT UNSEREM HÖCHSTEN GUT DIENT.



NIMM KONTAKT MIT DEINER SEELENMISSION AUF - ERKENNE - BEFREIE DICH UND BRINGE SIE IN DIE SICHTBARKEIT. MEHR FREIHEIT UND KLARHEIT FÜR DICH UND DEIN UMFELD.

MEINE STÄRKE IST ES, MENSCHEN SO ZU BEGLEITEN, DASS IHRE BEDÜRFNISSE IM MITTELPUNKT STEHEN. SICHTBARKEITSPROZESSE ZU FÜHREN - MÖGLICHKEITEN AUFZUZEIGEN - AUF KÖRPERLICHER, MENTALER, EMOTIONALER & ZELLULÄRENER EBENE ZU BEFREIEN - FÜR KLARE GEDANKEN UND RICHTIGE DOWNLOADS, UM IHR HÖCHSTES POTENTIAL ZU LEBEN.

BLOCKADEN LÖSENDE ASPEKTE. ICH MOBILISIERE ALLE EBENEN, UM DIE WAHRHEIT ZU LEBEN. DADURCH WERDEN IN EINEM GUTEN UMFELD WEGWEISENDE EFFEKTE ERZIELT, DIE MIT LEICHTIGKEIT IN DEIN UMFELD AUSSTRAHLEN.

Weitere Infos

SCHNAPP DIR DEINE BESTE FREUNDIN, DEINE SCHWESTER, DEINE MUTTER ODER KOMM ALLEIN - IN CASA WONNE TRIFFST DU GARANTIERT GLEICHGESINNTE!
DIESES RETREAT IST FÜR MÄNNER UND FRAUEN! FÜR PAARE UND ALLEINSTEHENDE. FÜR JUNG UND ALT.

DEINEN YOGA-URLAUB GENIESST DU IN EINEM SEHR EXKLUSIVEN UND INTIMEN RAHMEN - ALSO NUR 6 SEELEN. WENN DU ETWAS ZEIT FÜR DICH SELBST BRAUCHST, SCHLENDERST DU EINFACH DURCH UNSEREN 5 HEKTAR GROSSEN GARTEN.

AIRPORT:

IBIZA AIRPORT

M SÜDEN DER INSEL GELEGEN, FLUGHAFEN IBIZA (IBZ)
MIT DEM TAXI BRAUCHT MAN Z.B. CA. 15 MIN. BIS ZUR CASA WONNE.

BRAUCHST DU EIN AUTO?

WENN DU DIE INSEL JEDEN NACHMITTAG ERKUNDEN WILLST, EMPFEHLE ICH DIR, EIN EIGENES AUTO ZU MIETEN ODER EIN AUTO MIT ANDEREN ZU TEILEN.

WELCHER YOGASTIL IST ES?

DIE VORMITTAGE SIND EHER DYNAMISCH UND LANGSAM FLIESSEND. ABENDS GIBT ES PASSIVES YOGA UND ANDERE HEILENDE UND ENTSPANNENDE TECHNIKEN WIE YIN YOGA UND YOGA NIDRA. ES SPIELT KEINE ROLLE, OB DU ANFÄNGER ODER FORTGESCHRITTENER BIST. ICH HABE LEUTE, DIE NOCH NIE YOGA GEMACHT HABEN UND SOLCHE, DIE SCHON YOGALEHRER SIND. COME AS YOU ARE.

*I am very much looking forward to
this magical Weekend!*

Wrike Manhart



RETREAT GOSSIP

Karla Ramos, Healing Retreat Mallorca

This Retreat truly put me in touch with my essence even deeper. The love, peace and happiness I felt was so amazing. Ulli is a true gift for anyone who has the privilege of meeting her. The group of ladies was also beautiful, the finca and the food fantastic. Overall a wonderful experience. This trip was so important to me I feel I have quantum leaped in my spirituality I released so much and definitely touched my essence. Thank you Ulli

Marco, Healing Retreat Austria

The “Rise-High-Healing” Retreat at Haarberghof actually deserves 6 stars!
One star for the choice of this beautiful place in a dreamlike natural environment!
One star for the accommodation, hospitality and the hospitality with “Soul-Food-Deluxe”!
One star for the really great and above all balanced program, which lasted from early in the morning until late in the evening!
One star for the empathetic and understanding cooperation and the possibility to “just be yourself”.
One star for the absolutely competent know-how in the many areas such as physiology, TCM, energy, yoga, breathing, etc.
One star for the remarkable after-effect in the physical, mental and emotional area!
One feels more agile, fresher, better, more refreshed!

Martina, Healing Retreat Mallorca

Ulli is a true healer. This retreat made me “let go” “recharge” and “receive” in a way that I have never felt before. My antennas for the wonders of Mother Earth were sharpened, seeing the world through the eyes of a child more often again. Thank you Ulli

Uta, Healing Retreat Mallorca

Ulli spreads a very loving warm atmosphere, leads very well, so that not only I had a great yoga practice, but also my husband has felt very well taken care of with her. (an absolute exception). The accompaniment by you, so close.... right in the middle and fully involved. The yoga sessions... never exhausting, always so that I had the feeling to come out of the class refreshed or activated, energized. At home it's more like incorporating quick session.

I also really like the scents, sounds, music in your classes....

Cosmicdance, the short workshop, the full moon evening at the beach, all very nice ideas! But I notice after the week that my body is much more relaxed. I am much more balanced despite the busy work week. The pain in my hips and back is sometimes noticeable, but not as persistent.

And little gets me off center.

I feel grounded.

All in all ★★★★★

Donnerstag bis Sonntag

JULY 4TH- JULY 7TH 2024
IBIZA ISLAND - SPAIN

JUST 6 SPACES

RESERVATE YOUR SPACE NOW!

WWW.UMA-HEALING.COM
0043-650-8500936
UMA@UMA-HEALING.COM

Let's have good moments to create
memories!

Retreat Place:
Casa Wonne

Check it out on Facebook & IG
@wonneyoga_retreat

IBIZA ISLAND - SPAIN

JOIN THE INSIDE - MOVE THE INSIGHT!