Abstand gewinnen. bei dir ankommen.

4 Tages Entspannungs- & Meditationsretreat an der Ostsee

Manchmal braucht es Abstand, um wieder klarer zu sehen.
Raus aus dem Alltag, Zeit zum Durchatmen und bewusster wahrnehmen, was dir guttut.
Vier Tage für Ruhe, bewusste Begegnung und neue Perspektiven.

Das erwartet dich

Geführte Meditationen
Spaziergänge & achtsame Zeit in der Natur
Impulse zur Selbstreflexion & persönliche Begleitung
Austausch & Gespräche in geschützter Atmosphäre
Gemeinsames, gesundes Kochen & Genießen

Unser Zuhause auf Zeit

Wenige Schritte vom Ostseestrand entfernt bietet ein modernes Ferienhaus viel Raum für Gemeinschaft & Rückzug.
Eine große Wohnküche, Sauna und Außen-Whirlpool schaffen den passenden Rahmen für gemeinsames Kochen, Entspannung und Zeit für dich.

Anreise 28.Oktober ab 10 Uhr
Abreise 31. Oktober 2027 bis 10 Uhr
520,-€ Retreatpreis pro Person
Unterbringung erfolgt im Doppelzimmer
(inklusive Vollverpflegung & Kurtaxe)

Anmeldung & Kontakt
Marleen Littmann

mali.memoriam@mail.de
0151/20254451