

YOGA IS BETTER IN BIKINI

„Flow, Release & Breathe” | Yoga-Retreat | Anni Hoffmann



Port de Sóller, Mallorca | 25.-29. Oktober 2025

PORT DE SÓLLER MALLORCA



PORT DE SÓLLER.

Mallorquinische Idylle

Küstenort hinter dem Tramuntana Gebirge. Hier stimmt die Balance zwischen Natur, Bergen, Meer und authentischer Atmosphäre. Die Straßen sind ruhig, das Gefühl von Dorfleben macht sich breit. Nur 30 min von Palma entfernt.

DAS HOTEL.

60s Vibes & Bohemian

Lässige, balearische
Lebensart, umgeben von
traumhafter Natur.
Hochwertiges und
inspirierendes Design-
jeder Winkel ist mit viel
Farbe, Mustern und Pflanzen
gestaltet. 3 Gehminuten
nach Port de Sóller.





POOL AREA.

Entspannung steht auf dem Programm

Pool mit farbenfrohem Peace-Zeichen, Pikkini-Poolbar mit kleinen Snacks und Getränken, entspannende Treatments und Massagen mit natürlichen Aloe Vera-Produkten in unserem angrenzenden Santaverde Spa.

DIE ZIMMER.

Zimmer mit Aussicht

Alle Zimmer und Suiten im Stil der kalifornischen Hippie-Ära, mit tragbaren Wonderboom-Boxen & Taschen für den Strand, I love Eco-Essentials in den Bädern. Große, handgefertigte Tagesbetten aus Bali und Rattan-Lampen aus Indien auf dem privaten Balkon/der Terrasse.





DAS NENI.

Restaurant mit
Panoramablick

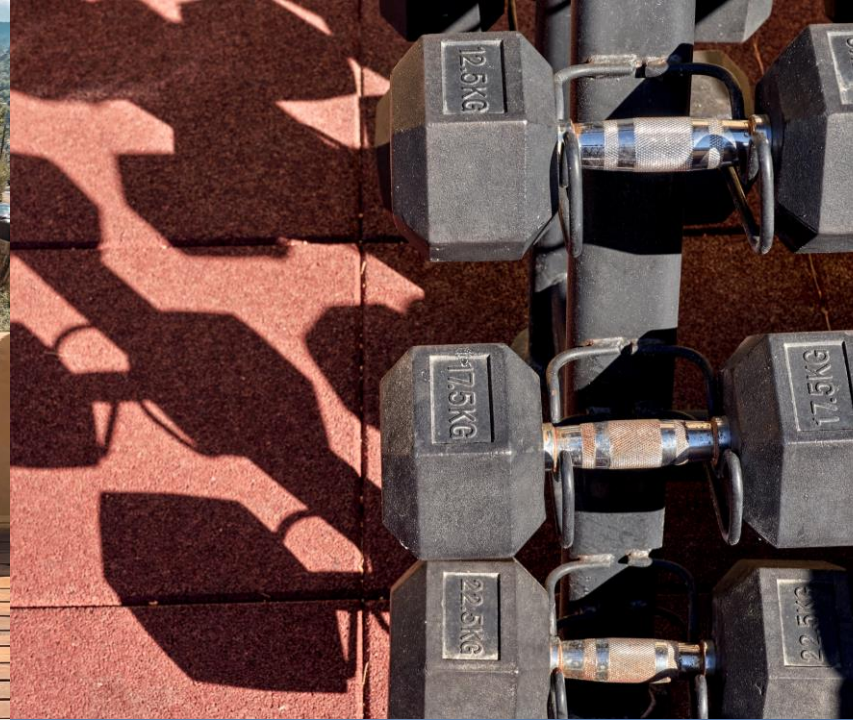
Israelisch-mediterrane
Gerichte im beliebten
Balagan-Style. Auch für
Veggies und Veganer.
Lässiges, stilvolles Bohème-
Flair. Von der Terrasse
einmaliger Blick auf Port de
Sóller.

DIE BAR.

Donkey Bar

Drinnen und draußen. Reden, Lachen, Entspannen. Die tolle Aussicht genießen. Viele lokale Produkte und Spezialitäten. Vom sensationellen Gin Basil Smash bis zum individuellen Lieblingsdrink ist alles dabei.





FITNESS AREA.

Functional training

Keine Pumper-
Atmosphäre, sondern Ort
für ehrliche, authentische
Bewegung. Equipment für
functional Training.
Outdoor-Bikes und
Rudergeräte für Cardio-
Einheiten.

YOGA PLACE.

Ganz oben
runterkommen

Outdoor: Fitness Terrasse.
Hoch oben über der Bucht.
Sanfter, schmeichelnder Wind,
Ruhe. Indoor: Seaside Room
direkt gegenüber des Hotels.
Lichtdurchfluteter, großzügiger
Raum mit Glasschiebetüren
und Traumblick auf's Meer.
Yoga-Equipment: Matten,
Blöcke, Gurte, Bolster,
Decken, Meditationskissen.





BE ACTIVE.

Faulenzen schwer gemacht

Außerdem bieten wir:
STEVENS Mountain-Bikes
und E-Bikes sowie SUPs
zur kostenlosen Nutzung,
sensationelles
Wanderrevier im
Tramuntana Gebirge,
fußläufig entfernten Strand
und, und, und...

DAS SPA.

Santaverde
Naturkosmetik

Zertifizierte Naturkosmetik von hoher biologischer Qualität Aloe Vera als Hauptbestandteil. Highlights: Beauty Masken aus frischen Früchten, Massagen mit purem Blattgel der Aloe Vera und feinsten biologischen Ölen aus der mediterranen Welt. Dampfbad & Sauna.





BESTE **VORAUSSETZUNGEN.**

#yogaisbetterinbikini

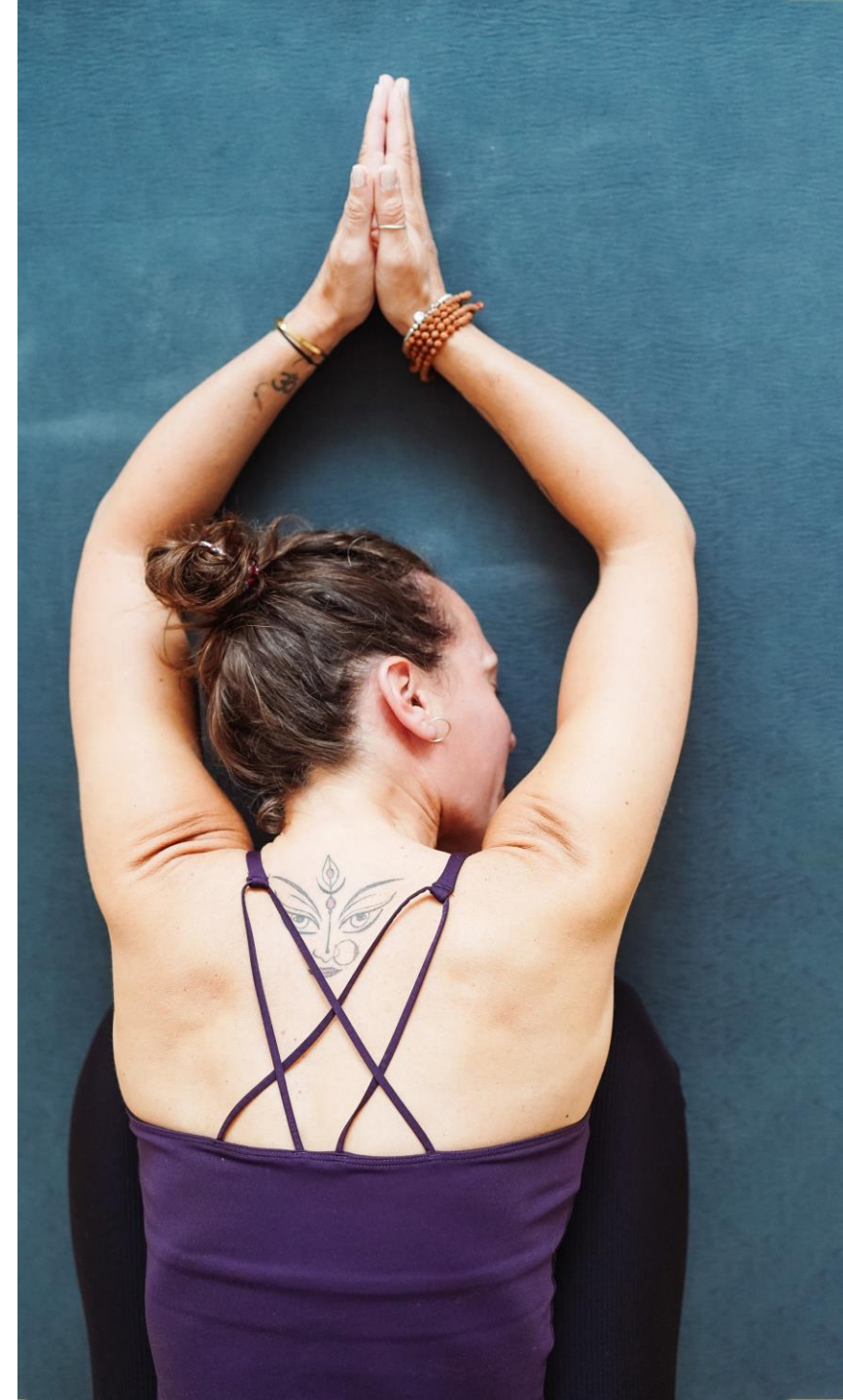
- › Mediterranes, weiches Klima
- › Authentisches, entspanntes Ambiente, naturverbunden
- › Outdoor-Yoga auf der Fitness-Terrasse
- › Indoor-Yoga im Seaside Room gegenüber des Hotels
- › Yoga-Equipment von Lotuscrafts: Matten, Gurte, Blöcke, Bolster, Meditationskissen, Decken

DIE TRAINERIN.

Anni Hoffmann

Annis Kurse sind dynamisch, kraftvoll und kreativ. Ein Mix aus Vinyasa Yoga, Prana Flow und Yoga Philosophie. Außerdem Yoga meets Pilates für einen gesunden Rücken und eine starke Mitte. Offen für alle Level, mit Optionen sowohl für Fortgeschrittene als auch für nicht so geübte Yogis. Immer mit Tipps für die richtige Ausrichtung und verbunden mit Geschichten und Erklärungen zur Herkunft des Yoga. Denn Anni reist sehr oft und gerne mit ihrer Lehrerin Shiva Rea nach Indien, in das Ursprungsland des Yoga.

- › 500 Stunden Yogalehrer Ausbildung
- › E-RYT 500
- › Ashtanga/Vinyasa Downward Dog, Toronto, Kanada bei Ron Reid
- › Prana Vinyasa Ausbildung bei Shiva Rea
- › Zahlreiche Workshops und Weiterbildungen





KARMA COLOGNE.



Über uns

Reisen sind Momente und Inspirationen, die unbezahlbar sind. Bereicherungen und Erinnerungen, die einem niemand mehr nehmen kann. Jeder Kilometer, jede Strecke, die man zurücklegt, bringt einen immer ein Stück weiter, besonders näher zu sich selbst. Jeder Schritt bringt uns zurück in den Moment und zeigt uns etwas, das wir vorher noch nicht kannten, noch nicht wussten. Über uns, über das Leben, über Menschen und Kulturen.

Reisen und Yoga ist eine ganz besondere Kombination, die wir bei KARMA Cologne sehr schätzen. Deswegen lieben wir unsere Retreats ganz besonders und freuen uns jedes Mal aufs Neue, interessante Menschen an traumhaften Orten zusammenzubringen und gemeinsam eine unvergessliche Zeit zu verbringen. Einfach mal raus aus dem Alltag und sich voll und ganz auf Yoga und Meditation konzentrieren, das ist es, was ein Retreat so besonders macht. In einer anderen Welt, die wir gemeinsam entdecken.

Breathe Baby ist das Motto unseres Yogastudios KARMA Cologne. Und auch der Atem wird tiefer und bewusster, wenn wir auf Reisen sind. Wir saugen Momente auf und inhalieren good vibes. Herzlich willkommen!

DAS RETREAT.

„Flow, Release & Breathe“

Nochmal richtig Energie tanken, genießen und sich für die kalte Jahreszeit wappnen. Ein krönender Abschluss zum Jahresende mit viel Yoga, netten Menschen, spannenden Erlebnissen, Eindrücken und neuen Erfahrungen nur für dich. Detox, Power und Mindful Moves. Recharge, Let go und am wichtigsten: enJOY!

Yoga für alle Level. Individuelle Anleitung und Hilfe, Erklärungen für Beginner, Herausforderungen für Fortgeschrittene, kleine Gruppe, hohes Niveau.

Loslassen und Veränderung ist eins der zentralen Themen des Monats Oktober. Die Blätter verfärben sich und fallen, die Tage werden kürzer, die Natur verändert sich. Ein idealer Zeitpunkt, um alte Gewohnheiten und belastende Gedanken loszuwerden und mit frischer Energie durchzustarten.

Reset und Renew. Für einen energetisch runden Start in den Winter und vielleicht in einen neuen Lebensabschnitt. Veränderung, Neuanfang oder das optimieren, was schon da ist – Energie richtig fließen lassen. Ausbalanciert sein. Fokussiert.

2 x täglich Yoga. Morgens: Dynamisch, energetisch, Flow. Im Anschluss genießen wir das allerbeste Frühstück auf ganz Mallorca mit tollem Blick über die Bucht. Tagsüber: Zur freien Verfügung, Wandern, Relaxen, Spa, EBike Radtour oder Shopping. Später Nachmittag: Evening Flow mit Breathwork, Detox und Meditation. Überleitung in einen gechillten Abend. 1 x Dinner im NENI inklusive.

Yogastil: Vinyasa, Meditation, Pranayama, Atmung, Chakra Balance und Energielenkung. Faszienarbeit. Detox und neue Routinen etablieren.

DIE AGENDA.

Yoga Retreat | Anni Hoffmann | 25.-29. Oktober 2025

Samstag, 25.10.25

- › Anreise
- › 16-17:30 Uhr Welcome! Yoga Flow zum Ankommen
- › Danach gemeinsames Dinner im NENI (inklusive!)

Sonntag, 26.10.25

- › 8:30-10 Uhr Wake Up Flow
- › 16:30-18 Uhr Evening Flow, erdende Meditation & Journaling

Montag, 27.10.25

- › 8-9:30 Uhr Wake Up Flow
- › 16:30-18 Uhr Evening Flow

Dienstag, 28.10.25

- › 8-9:30 Uhr Wake Up Flow & Meditation
- › 16-18 Uhr Evening Flow, Sunset Meditation & Journaling

Mittwoch, 29.10.25

- › 8-9:30 Wake Up Meditation & Easy Flow
- › Gemeinsames Frühstück
- › Abreise

*Änderungen vorbehalten

DAS PACKAGE.

Yoga Retreat | Anni Hoffmann | 25.-29. Oktober 2025

- › 5 Tage (4 Nächte) im Zimmer** mit privatem Balkon/Terrasse
- › Reichhaltiges Frühstücksbuffet bis 11 Uhr
- › Ein 3-Gang-Dinner „Balagan-Menu“ im NENI Mallorca, orientalisch-israelische Küche mit mediterranen Einflüssen
- › Tägliche Yoga-Sessions: Outdoor auf der Fitness Terrasse oder Indoor im Seaside Room gegenüber des Hotels
- › Alkoholfreier welcome drink Spicy Blondy

IM
EINZELZIMMER
PRO PERSON
INKL. YOGA
1.638 €

IM
DOPPELZIMMER
PRO PERSON
INKL. YOGA
1.180 € *

- › Mineralwasser zu den Kursen
- › Nutzung der Stevens Bikes + SUP boards***
- › 15 % auf alle Spa Treatments
- › EINZELSESSIONS auf Anfrage zubuchbar: Yoga & Meditation, Yoga Basics, Yoga & Entspannung, Reiki Session, Yoga & Umkehrhaltungen, Yoga & fortgeschrittene Asanas, How to Kopfstand, Armbalance etc.

* Begleitperson ohne Teilnahme am Yoga 877 €, Verlängerungsnacht 217 € (nach Verfügbarkeit)

** Standardkategorie (Garden Room)

*** nach Verfügbarkeit

ALLGEMEINE BEDINGUNGEN.

Yoga Retreat | Anni Hoffmann | 25.-29. Oktober 2025

- › Teilnehmer: mind. 7 – max. 17
- › Um den Buchungsprozess zu optimieren und einen reibungslosen Ablauf zu gewährleisten, müssen alle Buchungen direkt per E-Mail an reservations.portdesoller@bikini-hotels.com unter dem Stichwort "Yoga Retreat, PDS, Anni Hoffmann" vorgenommen werden. Buchungen über Drittanbieter-Plattformen können aus organisatorischen Gründen nicht berücksichtigt werden.
- › Vorbehalt: In besonderen Fällen (Krankheit etc.) ist der Trainer berechtigt, einen gleichwertigen Ersatz zu stellen. Sollte bis 4 Wochen vor dem Retreat-Beginn die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht werden, werden wir Dich informieren. Die Buchung kann dann kostenfrei storniert bzw. in eine Hotelbuchung umgewandelt werden. Berechnungsgrundlage ist dann der Tagespreis der niedrigsten Zimmerkategorie (Garden Room). Darüber hinaus gelten die normalen Stornierungsbedingungen.
- › 50 % Anzahlung bei Buchung. Restzahlung bei Abreise.
- › Bis 14 Tage vor Anreise wird eine Stornierungsgebühr in Höhe von 50 %, ab 13 Tage vor Anreise in Höhe von 100 % des Gesamtpreises berechnet. Die Stornierungsgebühr gilt auch für ggf. gebuchte Verlängerungsnächte.
- › Um vor dem Retreat eine direkte Kommunikation zwischen Teilnehmer und Trainer zu ermöglichen, werden Name & Mailadresse des Teilnehmers nach der verbindlichen Buchung an den Trainer weitergegeben. Wenn Du damit nicht einverstanden bist, teile uns das bitte nach Erhalt der Buchungsbestätigung per Mail mit.
- › Am Anreisetag sind die Zimmer um spätestens 15 Uhr bezugsfertig. Bei Abreise ist das Zimmer bis 11 Uhr frei zu geben. Late check out gegen Gebühr auf Anfrage und nach Verfügbarkeit.

SEE YOU IN PORT DE SÓLLER!

Du willst mehr wissen? Hier erreichst Du uns:

Bikini Island & Mountain Hotels | Port de Soller ****

Carrer de Migjorn, 2

07108 Port de Sóller, Illes Balears, Spain

+34 971 631700

reservations.portdesoller@bikini-hotels.com

bikini-hotels.com



PORT DE SÓLLER MALLORCA