

TRE® - RETREAT MALLORCA

Unser Retreat passt sich ihren Umständen wie Wünschen der Rehabilitation an. Natürlich haben wir einen gewissen Ablauf um so großen Erfolg wie möglich zu erzielen. Hauptaufgabe besteht darin Ihr Nervensystem zu entspannen, damit der Körper zur Ruhe kommt.

Alle Anwendung werden personalisiert .
Mariella Morreale ist während ihres Aufenthalts erreichbar und innerhalb von 20min da.

D O N N E R S T A G

Ankunft Flughafen Abholung
Fahrt zur Hütte
Einkauf auf dem Markt
Telefon/Computer/Abgabe
Gesprächstherapie
Meditation

F R E I T A G

9 Uhr TRE® Sitzung
Gespräch danach
Je nach körperlichen wie seelischem Condition
Spaziergang im Wald oder ausruhen
Kochen mit gesunden lokalen Zutaten
17 Uhr TRE®
danach Freizeit

S A M S T A G

9 Uhr Kundalini Yoga
Spaziergang am Meer
Gespräch, wenn gewünscht
Massage
17 Uhr TRE®

S O N N T A G

Kundalini Yoga
TRE® Sitzung
je nach Bedarf Kochen
Ruhe genießen vor Abreise

* Sollten sie es bevorzugen nicht selbstständig zu kochen besteht die Möglichkeit eines Caterings.