

## 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.