SUNIAI OLIVA
YOGA
RE
TREAT
08. — 12. 09. 2025

YOGA RE TREAT

8.—12. Sep. 25

Willkommen beim Yoga Retreat im wunderschönen Suniai Oliva, Spanien. Reconnect — Dein Weg zurück zu Dir. Im Trubel des Alltags verlieren wir oft die Verbindung zu uns selbst, zu unserem Körper und zu dem, was uns wirklich guttut. „Reconnect“ lädt Dich ein, bewusst innezuhalten, tief durchzuatmen und diese Verbindung wiederherzustellen.

In der idyllischen Umgebung des Suniai Oliva findest Du den Raum, um dich selbst neu zu entdecken — durch achtsame Bewegung, inspirierende Stille und bewusste Ernährung. Im Suniai Oliva, einer exklusiven Rückzugsoase an der spanischen Küste, erwarten Dich täglich zwei unterschiedliche Yogastunden, tiefe Entspannung, eine traumhafte Umgebung in Strandnähe, mit vielen Ausflugsmöglichkeiten und eine liebevoll zubereitete vegane Küche. Gönn Dir eine Auszeit und komm wieder bei Dir an. Reconnect.

YOGA RE TREAT

8.—12.
Sep. 25

Exklusive Retreat-Umgebung

Unser Rückzugsort auf 20.000 m² liegt in Strandnähe, umgeben von Orangenplantagen, und bietet eine ruhige, rauch- und alkoholfreie Atmosphäre. 15 komfortable Zimmer in zwei Gebäuden, ein 20-Meter-Pool mit Liegen und Hängematten sowie ein großer Garten sorgen für Erholung. Kostenfreie E-Bikes stehen für Entdeckungstouren zur Verfügung — der Strand ist nur 5 Minuten entfernt.

Yoga

Genieße morgens und abends Yogapraxis in einem 135 m² großen, lichtdurchfluteten Raum. Du kannst Vinyasa, Yin, Restorative Yoga, Yoga Nidra, Meditation und Pranayama praktizieren. Zusätzlich hast du die Möglichkeit, Outdoor-Yoga unter Olivenbäumen oder am Strand zu machen und Deine Erfahrungen durch Journaling zu vertiefen. Hochwertige Yogamatten, Bolster, Blöcke und Decken stehen Dir zur Verfügung.

YOGA RE TREAT

8.—12. Sep. 25

Ganzheitliche Ernährung

Genieße Brunch und Abendbrot mit veganen, glutenfreien und überwiegend biologischen Zutaten. Du hast freien Zugang zu Snacks wie Yogi-Tee, gefiltertem Wasser und frischem Obst sowie zu kleinen Zwischenmahlzeiten.

Wohlfühl-Komfort

Alle Zimmer sind mit eigenem Bad, hochwertigen Betten und Bettwäsche, Fön und Seife ausgestattet. Du hast WLAN in allen Bereichen, Klimaanlage und Fußbodenheizung. Strand- und Duschtücher stehen Dir während deines Aufenthalts zur Verfügung.

YOGA RE TREAT

8.—12. Sep. 25

Anreise und Preise

Retreat Preise

Einzelzimmer	1399 €
Doppelzimmer	1199 €
3-Bett-Zimmer	1099 €

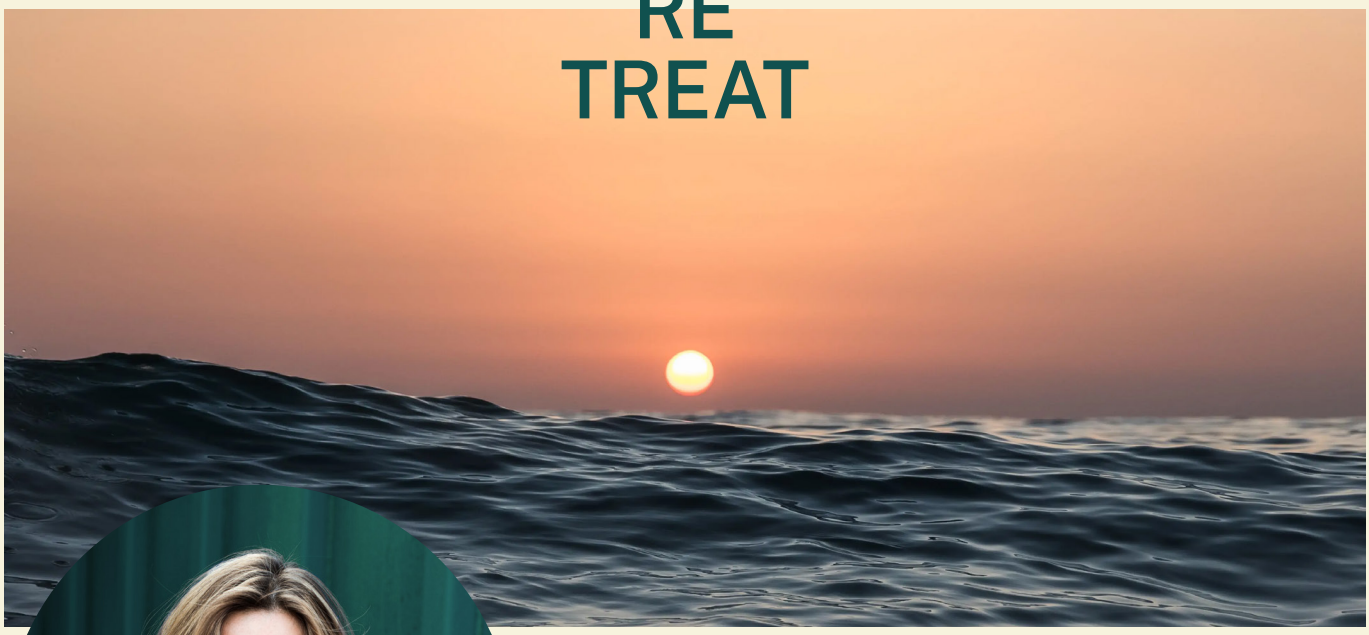
Ratenzahlung möglich
50 Euro Frühbucherrabatt bei Anmeldung bis zum 6.05. Zussätzlich 50 Euro Rabatt bei Zahlung des gesamten Betrags bis zum 6.05.

Flüge zum Suniai Oliva Retreat Centre können nach Alicante oder Valencia erfolgen. Die Transferzeiten sind wie folgt:
Flughafen Alicante (ALC): Transferzeit ca. 75 Minuten.
Flughafen Valencia (VLC): Transferzeit ca. 50 Minuten.
Von dort aus kann man mit öffentlichen Verkehrsmitteln zum Retreatort gelangen. Weitere Informationen schicken wir Euch nach der Anmeldung gerne zu.

Am Anreisetag gibt es ein Willkommens-Treffen mit wichtigen Infos, gefolgt von einer ersten Yogapraxis in der schönen Shala. Der Tag endet mit einem gemütlichen Abendessen

Zusätzliche Angebote, die Du buchen kannst:
Individuelle Coaching Sessions (Dorothee)
60 min Private Yogastunde (Maja)
60 min Thai Yoga Savasana Massage

YOGA RE TREAT



Maja Müller
Schauspielerin und
Yogalehrerin

Maja Müller studierte Schauspiel, Gesang und Tanz an der Folkwang Universität der Künste in Essen. Seit ihrem Diplom im Jahr 2001 arbeitet sie als Schauspielerin und Sängerin an verschiedenen Theatern. Im gleichen Jahr entdeckte sie Yoga und probierte verschiedene Yoga-stile und Yoga wurde ein fester Bestandteil ihres Lebens, bis sie schließlich ihre Ausbildung zur Yogalehrerin mach-te. Heute arbeitet sie als Schauspielerin und Yogalehrerin und unterrichtet Yoga in mehreren Studios und Firmen in Karlsruhe, Rastatt und online. „Yoga ist so viel mehr als Bewegung, Flexibilität oder Dehnung. Es ist ein Weg. Eine Lebenseinstellung. Yoga hilft, den Herausforderungen des Alltags gelassener zu begegnen. Ich bin der festen Überzeugung, dass Yoga Dein Leben glücklicher und zufriedener macht und Du viel über Dich selbst lernen kannst. Diese Verbindung von Körper und Geist nach einer Yogapraxis ist etwas, was ich weitergeben möchte.“ Reconnect!

Ausbildung:
Schauspiel-, Gesangs- & Tanzstudium, FUdK Essen, Diplom
200h Ausbildung bei Timo Wahl, Frankfurt
(Vinyasa Yoga, Yin und Meditation)
Sequencing Master Course bei Mark Stephens
300 h Ausbildung bei Mark Stephens
Ausbildung in Pranayama & Meditation, bei Timo Wahl, FFM
REHAB- Weiterbildung bei Dr. Ronald Steiner, AYI
Restorative Yoga- Ausbildung (im Katonah-Stil),
Manuela Huber, FFM
Private Teacher-Ausbildung, bei Manuela Huber, FFM

MAJA MÜLLER

YOGA RE TREAT

Dorothee Fischer
Kommunikationsexpertin, Unternehmerin und zertifizierter Business Coach.

Seit über 20 Jahren arbeitet Dorothee international im Bereich Kommunikation, Strategie und persönliche Entwicklung. Als Gründerin ihrer eigenen Kommunikationsagentur Legado Sharpe & Fischer begleitet sie Unternehmen, Organisationen und Einzelpersonen dabei, ihre Visionen in die Welt zu tragen und ihr eigenes Narrativ zu finden. Ihre Leidenschaft für Yoga begann vor vielen Jahren als Ausgleich zu einem anspruchsvollen Berufsleben. Was als körperliche Praxis startete, wurde schnell zu einer tiefen Quelle der Inspiration, die ihre Arbeit als Coach und Kommunikationsstrategin ergänzt. Yoga hilft ihr, Klarheit zu finden, Energie zu schöpfen und den Herausforderungen des Alltags mit mehr Leichtigkeit zu begegnen.

„Yoga und Meditation bedeutet für mich, in Balance zu sein — mit mir selbst, meinen Gedanken und meinem Umfeld. Es ist ein Anker in hektischen Zeiten und eine Einladung, den eigenen Weg bewusster zu gehen."

Werdegang:
2024: Zertifizierte Business & Career Coach (Mindvalley)
seit 2019: Gründerin von Legado Sharpe & Fischer SL
seit 2014: selbständige Kommunikationsexpertin
2003—2014: verschiedene Tätigkeiten in der internationalen Kommunikation (Europarat, EU)
2003: MA in Anglistik, Kommunikationswissenschaften und Politikwissenschaften

Soulful Communications

LEGADO SHARPE & FISCHER

YOGA RE TREAT

Bei Fragen zum Retreat, kannst Du uns gerne per E-Mail oder Whatsapp kontaktieren:

hallo@maja-mueller.com
+49 179 / 7 63 12 39

Wenn Du Dir Deinen Platz sichern möchtest, melde Dich bis zum 6.05.25 bei uns. Wir schicken Dir dann alle weiteren Informationen und den Vertrag per E-Mail zu. Wir freuen uns auf Dich und unsere gemeinsame Zeit in Spanien!

Maja und Dorothee