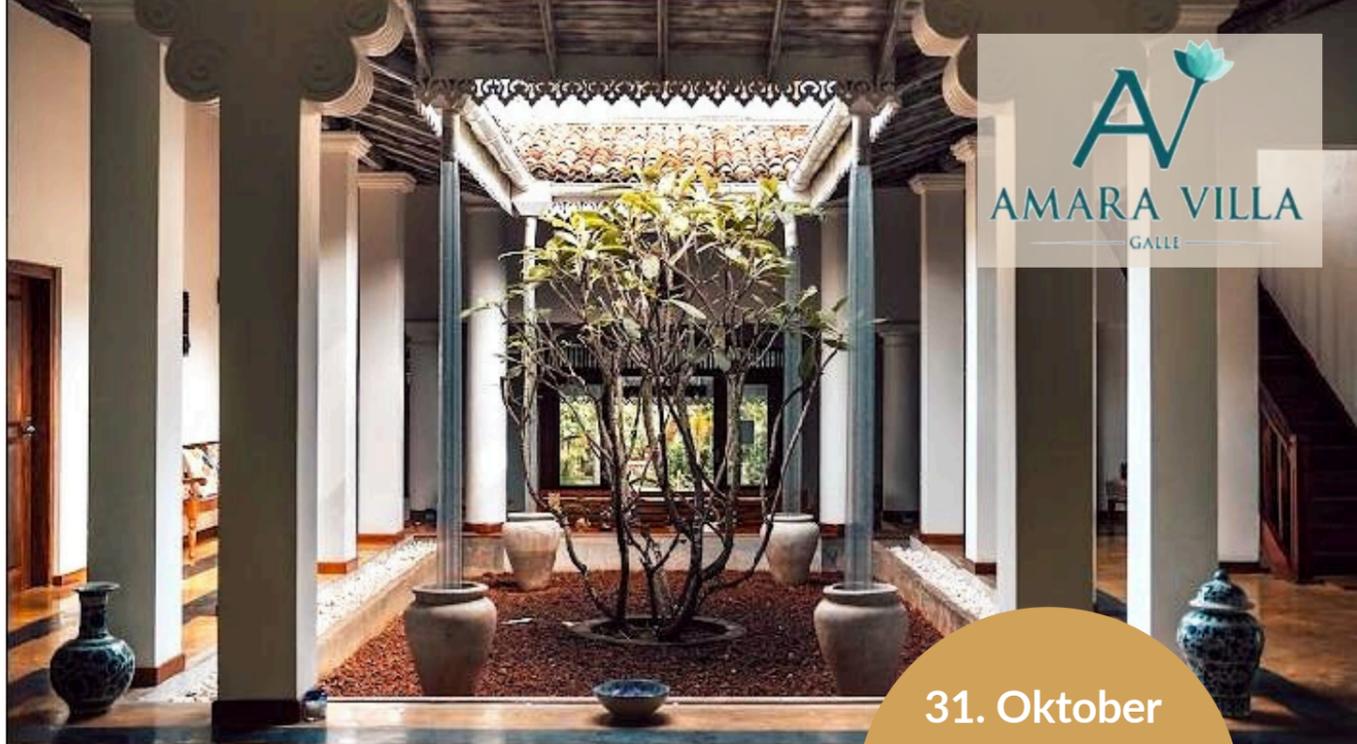


DEINE  
GANZHEITLICHE  
AUSZEIT:

Yoga, Meditation,  
Breathwork  
&  
Ayurveda light



31. Oktober  
bis  
09. November  
2025

*"10 Tage Yoga & Ayurveda in Sri Lanka"*

Willkommen zu deiner Reise nach Sri Lanka – eine Einladung, Körper, Geist und Seele zu regenerieren. In der exklusiven Atmosphäre der Amara Villa verbinden sich Yoga, Meditation, Atmung und Ayurveda zu einer ganzheitlichen Erfahrung.

Retreat Highlights:

- ☉ Tägliches Yoga, Breathwork und Meditation.
- ☉ Ayurveda light: themenbezogene Workshops & Behandlungen auf Wunsch. sanft und effektiv für mehr Energie und eine gesunde Alltagsroutine.
- ☉ Ausflüge zu spirituellen Orten und atemberaubenden Stränden.
- ☉ Individuelle Betreuung & spezifische Workshops für deine persönliche Weiterentwicklung.

Tauche ein in eine transformative Reise! Sichere dir deinen Platz bis zum **31.03.2025**.

Die Teilnehmerzahl ist auf 12 begrenzt.



[www.re-bornintruth.com/de](http://www.re-bornintruth.com/de)



DEIN RETREAT-TAG:

BALANCE, INSPIRATION  
&  
ZEIT FÜR DICH



Anmeldung bis  
31.03.2025  
SEI DABEI!

## Tagesablauf

Ein wohltuender Tagesfluss aus Yoga, Ayurveda und Zeit für dich – für Balance, Leichtigkeit & neue Energie.  
Gleichzeitig genügend Freiheit, um Sri Lankas Schönheit zu genießen.

### Morgens:

Yoga, Atmung & Meditation am Strand/Amara Villa und im Hindu-Temple bei Sonnenaufgang.  
Ayurvedisches Frühstück mit frischen, regionalen Zutaten.

### Vormittags:

Zeit für individuelle Ayurvedaanwendungen oder Massagen  
Alternativ: Relaxen am Pool oder Spaziergänge am Strand.

### Nachmittags:

Workshops zu Ayurveda, gesunder Ernährung oder Yoga-Therapie & Nervensystem.  
Ayurvedische Teestunde mit Kräutergetränken und Snacks.

### Abends:

Restorative Yoga, Atemübungen & Meditation Amara Villa und an der Peace Pagode\*  
Gemeinsames Abendessen mit köstlicher, ayurvedischer Küche.

## Besondere Momente vor Ort

- ☉ Schweigetag für tiefe Reflexion und innere Ruhe.
- ☉ Spirituelle Ausflüge: Peace-Pagode, Hindu-Tempel & Galle Fort.
- ☉ Individuelle Betreuung für deine Yoga- und Ayurvedaroutine.

## Yoga & Ayurveda light - Retreat Pauschale:

- ☉ Yoga-Retreat-Pauschale € 870,- / Person (bei verbindlicher Anmeldung).
- ☉ Inkl. aller Yoga- und Atemsession, tägl. Meditation & inspirierende Workshops.
- ☉ Momente der Einkehr & Zeit für persönlichen Austausch mit Andrea.

*\*exkl. Transport für Ausflüge zur Peace-Pagode, Hindu-Temple und Galle Stadt*



Beispiel: Flugpreis  
mit Qatar Airways  
München -> Colombo (Return)  
€980  
(Preisstand: Januar 2025)

WAS DICH ERWARTET:  
RUNDUM-SORGLOS-PAKET  
FÜR KÖRPER & GEIST  
IN DER TRAUMDESTINATION  
SRI LANKA



inkl. Gruppen-  
Zoom-Meeting  
14 Tage vor  
Retreat-Beginn

### Dein Platz im Retreat: Leistungen & Konditionen

Dieses Retreat bietet dir eine ganzheitliche Erfahrung mit einem klaren Fokus auf Qualität & Individualität. Wähle dein Zimmer und lass dich von der Amara Villa verzaubern.

### Zimmeroptionen inkl. Vollpension:

Luxus und Komfort – für das besondere Wohlfühlerlebnis.

**Doppelzimmer geteilt,**  
Terrasse, großes Badezimmer  
**€450 / Person**  
Geteiltes Zimmer – perfekt für  
gemeinsame Erlebnisse.

**Dreibettzimmer geteilt,**  
Terrasse, großes Badezimmer  
**€360 / Person**  
Gemeinsames Zimmer - dennoch Platz  
für deinen Rückzug.

*DZ als EZ auf Anfrage & mit Aufpreis. Buchung deiner Zimmerwahl bei Anmeldung*

### Für dich inklusive:

- ⊗ 9 Nächte in der charmanten Amara Villa – ein Ort der Ruhe & Inspiration (fußläufig zum Strand)
- ⊗ Ayurvedische Vollpension – liebevoll zubereitete Mahlzeiten & nachmittägliche Teestunden.
  - ⊗ Tägliche Yoga-, Atem-, und Meditationssession, Workshops & Zeit für dich.

### Individuelle Ergänzungen für dein persönliches Retreat-Erlebnis

- ⊗ Flug nach Sri Lanka, Visum und Reiseversicherung (optional).
- ⊗ Bequemer Shuttle (Sammel- oder Einzeltransfer) vom Flughafen zur Villa & zurück.
  - ⊗ Zusätzliche Ayurvedabehandlungen auf Anfrage.
  - ⊗ Ayurveda-Erstkonsultation bei einem renommierten Arzt.
  - ⊗ Einzigartige Auszeit-Körperbehandlung mit Andrea.
- ⊗ Optionale Ausflüge oder Einkäufe in Ahangama/Welligama per TukTuk.

**"Erlebe eine Reise, die Körper, Geist und Seele harmonisiert. Reserviere deinen Platz und starte deine Auszeit!"**



[www.re-bornintruth.com/de](http://www.re-bornintruth.com/de)

