

Energie durch Pilates am karibikschönen Strand von Mallorca

Christian, BSA geprüfter Pilates Matten Trainer und Ernährungsberater mit B-Lizenz:



Nach einer wundervollen Weltreise und langjährigem Aufenthalt in Australien kehrte ich zurück in meine Wahlheimat Mallorca.

Schlechte Haltung, falsche Ernährung und meine überwiegend sitzende Tätigkeit brachten mich zum Pilates.

Diese Methode stärkte meine Muskulatur und ich konnte meine Flexibilität um ein Vielfaches verbessern.

Durch die Umstellung auf eine gesunde Ernährung führe ich heute ein ausgeglichenes Leben und bin gestärkt für meinen Alltag.

Pilates ist Meditation in Bewegung!

Seit 2012 macht es mir viel Freude, anderen Menschen die Pilates Methode als Trainer nahezubringen und sie bei ihren Ernährungszielen als ihr Coach zu begleiten.

“Physical fitness is the first requisite of happiness.”

by Joseph Pilates

Leistungen:

7 Nächte in Designer-Villa in Strandlage. Täglich wechselndes, bunt gemischtes Programm mit Pilates, Sonnenaufgangs-Meditation am Meer, Ernährungs-Coaching, Wanderung in den Sonnenuntergang. Das Luxus-Dinner im mystischen Kunstgarten, die frisch zubereitete, leichte Küche und weitere lukullische Highlights in ausgesuchten Restaurants der Umgebung machen den Aufenthalt unvergesslich.

Specials:

- sagenhafte Strandbar mit wundervollem Ambiente und hervorragender Küche
- einsamer Strand mit garantiertem Robinson Crusoe Feeling, absoluter Geheimtipp
- original Mallorquinische Paella in Meerblick Restaurant, beliebt bei Einheimischen
- Kunstnacht mit Luxus-Dinner in geheimem Zaubergarten (nur April-Oktober)

Programm:

Tag 1 Sonntag

Check in ab 15 Uhr

Meet and greet

Buffet-Abendessen in der Villa



Tag 2 Montag

Sonnenaufgangs-Meditation am Meer mit Pilates Einführung

Brunch

Nachmittags zur freien Verfügung

Dinner in sagenhafter Strandbar

Tag 3 Dienstag

„Get up and Move“ PILATES

Brunch

Ernährungs-Coaching

Nachmittags zur freien Verfügung

3 Gänge Menü in der Villa



Tag 4 Mittwoch

„Get in Shape“ Pilates

Brunch

Nachmittags zur freien Verfügung

Sonnenuntergangs-Wanderung mit Robinson Crusoe Feeling

Dinner in Meerblick Restaurant

Tag 5 Donnerstag

„Flex and Stretch“ Pilates

Brunch

Nachmittags zur freien Verfügung

„Sunset“ Meditation

3 Gänge Menü in der Villa



Tag 6 Freitag

Ausschlafen

Brunch

Nachmittags zur freien Verfügung

„Energy Flow“ Pilates

3 Gänge Menü in der Villa

Tag 7 Samstag

„Body Control“ Pilates mit Abschluss-Tipps

Brunch

Ernährungs-Coaching

Nachmittags zur freien Verfügung

Luxus-Dinner in geheimnisvollem Kunst-Garten (nur April-Oktober)



Tag 8 Sonntag

„Farewell“ Meditation

Breakfast

Check out bis 11 Uhr

Villa "Isla Bonita"

Genießen Sie das wundervolle Pilates Meerblick Retreat in dieser Villa. Das 2017 erbaute Chalet besticht durch moderne Architektur und künstlerisches Design. Es befindet sich 170 Meter vom Meer und nur 1,5 km vom schönsten Strand der Insel, dem "Es Trenc", entfernt. Das Haus hat eine touristische Lizenz.

Die Villa verfügt über 4 Schlafzimmer und 3 Bäder. Jedes Zimmer hat eine Klimaanlage, die heizt oder kühlt, je nach Jahreszeit.

Erdgeschoss:

- Schlafzimmer mit französischem Bett 160x200m
- Badezimmer
- Wohnbereich
- Essbereich
- offene Küche

Obergeschoss:

- Mastersuite mit französischem Bett 180x200 cm mit viskoelastischer Auflage (ideal für Gäste mit Rückenbeschwerden), Bad ensuite und private Meerblick-Terrasse
- Schlafzimmer mit 2 Einzelbetten 90x200 cm (zum Doppelbett umfunktionierbar)
- Schlafzimmer mit französischem Bett 160x200 cm

Dachgeschoss:

- großzügige Meerblick-Terrasse mit Sitzgruppe, großer Eck Lounge und Sonnensegel

Hausbeschreibung:

Es gibt einen künstlerisch gestalteten offenen Wohnbereich, von dem Sie durch die offene Küche auf die mit Segeln überdachte Terrasse gelangen. Das ist Ihr Platz an der Sonne, an dem Sie morgens bei schönem Wetter Ihr Frühstück genießen werden.

Der riesige amerikanische Kühlschrank mit Eiswürfelpender steht Ihnen als Frischwasserspender zur freien Verfügung. Das Trinkwasser wird über eine Entkalkungsanlage gefiltert. Der 55" SONY Smart TV holt auf Wunsch Ihr deutsches Abendprogramm ins Retreat. Verbinden Sie sich mit Ihrem Netflix-Account oder hören Sie Ihre Spotify Playlist.

Die Meerblick-Dachterrasse mit großzügiger, bequemer Lounge-Ecke und weiterer Essgruppe bietet sich für Meditationen perfekt an. Der Sonnenuntergang dort oben ist atemberaubend!

Der türkisblaue Pool mit den bequemen Liegen ist der ideale Ort zum Entspannen und lädt zum Relaxen ein. Auch dort ist optimaler Platz für Pilates Übungen.

Umgebung:

Das ehemalige Fischerdorf Sa Ràpita mit seinem Yacht-Hafen ist ruhig gelegen und bietet wohl eine der schönsten Küstenlinien der Insel. Es gibt keine Hotels und der Ort ist somit perfekt für ein entspanntes Retreat. In wenigen hundert Metern Laufentfernung erreichen Sie verschiedene Restaurants, die alle direkt am Meer liegen, eine Eisdiele, zwei kleine SPAR Supermärkte und die Bäckerei mit schönem Terrassen-Café. Der Yachthafen wartet mit einem tollen Restaurant direkt am Strand auf. Verschiedene Wassersportarten werden angeboten. Boote können ebenfalls gechartert werden.



Essbereich

Künstlerisch und edel in den Farben des Ozeans lässt es sich hier luxuriös speisen. Der Tisch ist ausziehbar und bietet Platz für 10 Personen.



Kochbereich

Die Küche erfrischt durch leuchtende Farben und überzeugt mit hochwertigen Geräten.



Entertainment

Der 55" SONY Smart TV lässt keine Wünsche offen. Verbinden Sie sich auch im Urlaub mit Netflix, Spotify & Co.



Badezimmer ensuite

Doppelwaschtisch, ebenerdige Dusche mit Glastür und Regendusche.



Veranda

Der Poolbereich (2,50 x 3,50m) mit den bequemen Rattanliegen lädt ein zum Relaxen.



Ein gesunder Geist wohnt in einem gesunden Körper. *(Juvenal)*



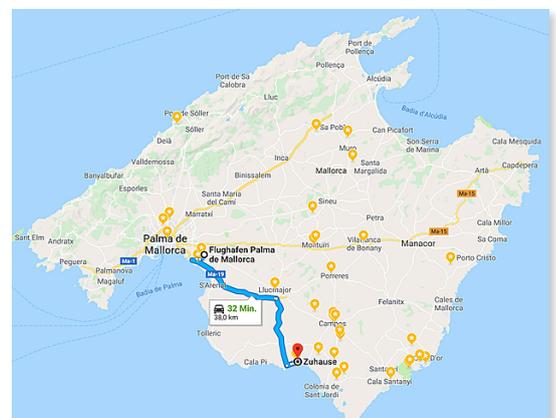
Mastersuite

Kingsize Bett 180x200 mit viskoelastischer Auflage, privater Terrasse, Bad ensuite und Klimaanlage.



Dachterrasse

Einen atemberaubenden Meerblick genießt man vom Dach des Hauses mit großer Chill Out Lounge und Essgruppe.



Lage

Sa Ràpita liegt im Süden von Mallorca, nur eine halbe Stunde vom Flughafen entfernt.

Preise/Person 2020	Jan/Feb/März/ April/Nov/Dez	Mai/ Oktober	Juni/ Sept	Juli/ August	Ostern/ Weihnachten
Einzelzimmer	1.429,00 €	1.639,00 €	1.709,00 €	1.849,00 €	1.569,00 €
2. Person im Doppelzimmer	1.149,00 €	1.319,00 €	1.369,00 €	1.479,00 €	1.259,00 €
Mastersuite	1.569,00 €	1.709,00 €	1.779,00 €	1.919,00 €	1.639,00 €
2. Person in der Mastersuite	1.259,00 €	1.369,00 €	1.429,00 €	1.539,00 €	1.319,00 €
	Kind 2-12 Jahre 50%, Baby 0-2 Jahre gratis				

Retreats in der Hauptsaison Juli/August kommen nur zustande, wenn alle 4 Zimmer belegt werden!

Kontaktdaten:

Pilates-Retreat Villa „Isla Bonita“
info@magic-mallorca.de

+34 684 32 33 05 Manuela (Gastgeberin)
+34 663 29 95 05 Christian (Coach)