



Die Finca Es Puig Molto liegt im Landesinneren von Mallorca, genau in der Mitte, zwei Kilometer von der Ortschaft Montuiri entfernt. Ca 25-30 Min. zu den Stränden in allen Himmelsrichtungen. (Kontakt zu günstiger und individueller Autovermietung ist geknüpft!). Die Alternative ist der wirklich pittoreske Pool!

Es Puig Molto ist eine der ältesten in der Geschichte Mallorcas erwähnten Herrrensitze der Region " Es Pla" und ist umgeben von mächtigen Feigen-, Oliven- und Johannisbrotbäumen.

In einem riesigen Anwesen mit unzähligen Orangen- und Zitronenbäumen (dürfen gepflückt werden!) stehen im Haupthaus Einzel- und Doppelzimmer zur Verfügung. Abends werdet Ihr auf Wunsch ganz individuell bekocht. Auch Massagen sind buchbar.

*Dragonfly Yoga*  
Yoga, Mallorcareisen & Ernährung



[www.Dragonfly-Yoga.de](http://www.Dragonfly-Yoga.de)  
[www.Dragonfly-Yoga.de/Mallorca-Reisen](http://www.Dragonfly-Yoga.de/Mallorca-Reisen)



Kursleiterin  
**Marion Deunert**

Ich bin ausgebildete Yogalehrerin mit dem Abschluss BDY/EYU.

In den verschiedensten Fortbildungen (Richard Hackenberg, Desiree Rumbaugh, Sarah Powers) habe ich mein Wissen über YOGA vertieft.

Meinen Unterricht erteile ich im eigenen Yogastudio in Bad Nauheim. Ergänzend lasse ich Elemente wie Mediales Coaching und Energie & Heilarbeit nach Christa Bredl in meine Arbeit einfließen.

Mein spezielles Interesse gilt der „Wildkräuter-Vitalkosttherapie“ von **Dr. Switzer** nach der ich mich aufgrund einer schweren Erkrankung seit über 3 Jahren ernähre. Es ist mir ein besonderes Anliegen, diese positive Erfahrung an alle interessierten Menschen in Theorie und Praxis weiterzugeben.



[www.ein-langes-leben.de](http://www.ein-langes-leben.de)

## MALLORCA RETREAT: YOGA & DIE HEILKRAFT DER INSEL

3 Termine 2015 zur Wahl:  
27.03.-04.04., 04.04.– 11.04.  
oder 11.04.-18.04.

GANZHEITLICHES RETREAT  
FÜR KÖRPER, GEIST & SEELE  
YOGA, GRÜNE SMOOTHIES UND MEER

auf der mallorquinischen Finca  
„ES PUIG MOLTO“



**Anfragen bitte an:**

**Marion Deunert**

Yogalehrerin BDY/EYU  
Mediales Coaching  
Energie & Heilarbeit  
absoluter Fan & aktiver Praktikant  
von Dr. Switzers Wildkräuter-Vitalkost  
und Future Food Konzepts

Tel. +49 (0) 152—57173627

[Marion@Dragonfly-Yoga.de](mailto:Marion@Dragonfly-Yoga.de)

[www.Dragonfly-Yoga.de](http://www.Dragonfly-Yoga.de)

[www.Dragonfly-Yoga.de/Mallorca-Reisen](http://www.Dragonfly-Yoga.de/Mallorca-Reisen)

## Das erwartet Dich

Seit Jahren organisiere ich Yogaseminare auf Mallorca auf einer paradisischen Finca im Landesinneren und jetzt ist der große Moment gekommen:'

### I PROUDLY PRESENT:

"Dragonfly Yoga" aktiviert alle Facetten Deines Seins - und das Besondere: ich habe alle Facetten, die ich an Euch weitergeben möchte, selbst erfahren und durchlebt und fühle es als meinen tiefsten Herzenswunsch, mein Wissen Euch zufließen zu lassen zum Wohle aller.

### TAGESINKLUSIVLEISTUNGEN (6x)

*Morgens:* YOGA 8.00 - 9.00 Uhr

*Frühstück:* grüne Smoothies aus sonnengereiften Zitrusfrüchten von der Finca + Zutaten aus biologischem Anbau + Cracker

*Mittags:* Möglichkeit der Zubereitung von Snacks in der Freiluftküche, Gemüse oder Obst

*Nachmittags:* heilkräftiges Tonikum mit Super-Food Zusätzen.

YOGA am Nachmittag + Tiefenentspannung  
16.30 - 18.00 Uhr

### NICHT EINGESCHLOSSEN:

*Abends:* optional Salat + Quinoa Dressing oder Essen à la carte

Auf Wunsch: Rohkostworkshop

## „Du findest Dich nur in Deinem Inneren und Dein Inneres offenbart sich abseits Deines alltäglichen Szenarios“

Dieses Retreat, das alles integriert, ist speziell für alle diejenigen unter Euch konzipiert, die sich bereits mit der Ernährungsform der „Dr. Switzers Wildkräutervitalkost“ verbunden fühlen.



### SONSTIGE EXKLUSIVE ANGEBOTE:

- Flugbuchung + Mietwagenbuchung möglich (ca.200,- €/Auto).
- Mediales Coaching.
- Massagen durch erfahrene Massagetherapeutin vor Ort.
- Für Begleitpersonen, die noch nicht von den köstlichen und heilkräftigen Smoothies überzeugt sind, besteht die Möglichkeit, am umfangreichen Frühstücksbuffet teilzunehmen.
- Inselwanderung

### Termine: (alternativ)

28.März - 04.April (Sa.-Sa.)

04.April - 11.April (Ostern)

11.April - 18.April

### Unterkunft:

In komfortablen Doppelzimmern oder Einzelzimmern, Bad mit großer Badewanne, Telefon, TV und Internet.

### Gruppengröße:

Min. 4 Personen - max. 10 Personen

### Preise:

7 Nächte + Frühstück einschließlich der beschriebenen Tagesinklusiveleistungen:

**999,- €** im Doppelzimmer

**1.099,- €** im Einzelzimmer

**Personal Training** (Erarbeitung von individuellen Yogaprogrammen) 60 min

**60,- €** pro Session

Keine Vorkenntnisse von Yoga erforderlich