

YOGA- & MEDITATIONS-RETREAT

Nichts mehr sollen, nichts mehr wollen, einfach SEIN!

KURSNUMMER: KRE 10

KURSZEIT: ca. 4-6 Std./Tag

PREIS: € 1170



inside  travel
Reisen für dich. Zu dir.

Silvia Linden:

Staatl. geprüfte Pädagogin
Zertifizierte Hatha- und YIN-
Yogalehrerin
Meditationslehrerin
Klangtherapeutin (Peter Hess
Institut/Walter Häfner)
Psychologische Yoga-Therapeutin
(BYV)
Entspannungstrainerin (S.Kneipp-
Akademie)
YogaUNDKrebs Trainerin (G.
Kammler)
Zertifizierte Wander- u.
Gesundheitswanderführerin (DWV)
Natur- und Landschaftsführerin
(DWV)
Zertifizierte Fastenkursleiterin (BYV)

Psychologiestudium (HP),
Psychologische Beraterin
(Paracelsus Schule)
Trauerbegleiterin (MIT, Münchner
Institut für Trauerpädagogik/Jörgos
Canacakis (Trauerseminare)
Spirituelle Lebensberaterin (BYV)
Handauflegen u. indische
Weisheit "Heilende Hände" (Anne
Höfler)

Systemisch-integrativer Coach
(Reinhard Lier, Schüler v. Hellinger)
Interdisziplinäre Kunsttherapeutin
(Internationale Hochschule Calw)

Telefonseelsorgerin (Ausbildung in
Tübingen)

10.10.2026 - 17.10.2026

Yoga, Sonne, Strand und Meer:

Urlaub in der paradiesischen Natur der Souda Bucht.

Kreta Magie in purer Schönheit!

Erlebe die faszinierende Küstennatur am libyschen Meer, tauche ein ins wahre Süd-KRETA, sei voll und ganz in deinem Element – mit Natur- Yoga und Achtsamkeit und einem liebevoll geführten Hotel direkt am Meer.

Lasse einen traumhaften Yoga Urlaub unter südlicher Sonne wahr werden. Mit integralem Hatha-Yoga, (Yin- und Klangelementen), Anregungen zur Achtsamkeit und leichten Wanderungen zu Sehenswürdigkeiten. Eine aktive Woche erleben, dir eine Auszeit gönnen – eine Verwöhnwoche mit morgendlichen Achtsamkeitsübungen am Meer, Yoga mit Blick aufs Meer, Pranayama auf dem Berghügel oder Meditation auf der Meeresklippe, bis hin zu inspirierenden Affirmationen und transformierenden Körperübungen und Tanz. Ich verbinde die Yoga Reise mit Naturerfahrung, die die indische Philosophie mit der Natur verschmelzen lässt.

Alle Yoginis, Yogis und die, die es werden wollen, junge Menschen, oder Best Age, für Singles, mit Freund oder Freundin, Partner oder allein reisend: bei mir sind alle von Herzen willkommen.

Lasse dich inspirieren von der wunderbaren Natur in der Souda Bucht am libyschen Meer, um eine AUS-ZEIT zu genießen, Atem zu holen und bei genügend freier Zeit zu entschleunigen.

Es ist mein Herzenswunsch, dir während deines Retreat Urlaubs eine entspannte Zeit für Körper, Geist und Seele zu bereiten und dich somit auch deiner ganz eigenen Yoganatur etwas näher zu bringen. In diesen Yogaferien erwartet dich eine Balance aus Achtsamkeit, Freude und

Yoga- und Krebs Trainerin (Gabi Kammler)
Ausbildungen, Retreats und fortlaufende Weiterbildungen in Meditation, Yoga, Yin-Yoga, Yoga der Energie und Achtsamkeits-Yoga, (Anna Trökes), Isha-Yoga (Indien) Lu Jong (Tibetisches Heil-Yoga)
Langjährige Tätigkeit mit psychisch kranken Menschen
Internationale Kurstätigkeit im Bereich YOGA, Körperarbeit u. Spiritueller Lebensberatung
Gründerin und Leitung der Gesundheitspraxis für Yoga, Klang und Energiearbeit.

Bewusstheit, ganz gleich, ob du Yoga-Neuling bist, oder Yoga-Geübter, fühl dich willkommen und eingeladen.

Das Hotel bietet einen ganz privaten Rückzugsort zum Ankommen, entspannten und Verweilen, um die Seele baumeln zu lassen.

Die Wildgarten ähnliche Anlage mit schattigen Plätzen, einem Tipi Zelt, romantische und einheimische Bepflanzung, die Nähe zum Städtchen Plakias mit kleinen Geschäften und Restaurants – hier findest du nach unseren Aktivitäten Raum für Entspannung und deinen persönlichen Urlaubsgenuss.

Der perfekte Ort für die Balance aus Yogapraxis, Rückzug, Aktivität und Gemeinsamkeit in deinem Sommer Yoga Retreat in der Souda Bucht.

INKLUSIVLEISTUNGEN:

- Unterbringung zu zweit im DZ oder EZ (EZ-Zuschlag: 160 €/Woche)
- Teilnahme am Ferien-Seminar
- Frühstück & 5 x mehrgängiges vegetarisches (auf Wunsch veganes) mediterranes Abendessen (1 x Begrüßungssessen am Anreisetag, 3 x Abendessen im Hotel, 1 x Abendessen in griechischer Taverne)
- Sammeltransfer ab/bis Flughafen Heraklion (3 x samstags zu fixen Zeiten)