

WEIHNACHTEN & SILVESTER

ROOTS & HORIZONS

LYKIA LODGE
HOME OF HAPPINESS



ROOTS

Die Weihnachtswoche im Lykia lädt dich ein, still zu werden und deine eigenen Wurzeln neu zu spüren. Es ist eine Zeit der Einkehr, getragen von Natur, Stille und Gemeinschaft. Yoga, Meditation, Atemarbeit Tanz und Rituale schenken dir Erdung und Weite – Momente, die dich wieder tiefer bei dir selbst ankommen lassen. So entstehen Tage voller Ruhe und Verbundenheit, die dir Kraft und Geborgenheit schenken.

Auch die Natur trägt ihren Teil dazu bei: Morgens frühstückst du auf der Terrasse mit Blick aufs Meer, gehst an fast leeren Stränden spazieren oder ziehst dich in einen der gemütlichen Köşk zurück. Wanderungen entlang der Küste, Ausflüge zu besonderen Orten wie der Kirche des heiligen Nikolaus und Abende am Kamin machen die Feiertage zu einer ganz besonderen Erfahrung – inspiriert von Geschichte, Natur und Gemeinschaft.

Ein festliches Weihnachtsessen, gemeinsame Rituale und das Miteinander im Kreis Gleichgesinnter schaffen eine Atmosphäre von Wärme und Vertrautheit. Roots bedeutet: dich verwurzeln, die stille Kraft der Feiertage erleben und dich von innen heraus genährt fühlen.



HORIZONS

Die Silvesterwoche im Lykia trägt die Magie des Aufbruchs in sich. Sie schenkt dir Raum, das Alte bewusst loszulassen und mit Leichtigkeit und Zuversicht ins Neue zu gehen. In der besonderen Atmosphäre zwischen Bergen und Meer begleitest du den Jahreswechsel mit Yoga, Meditation, Atemarbeit und Ritualen, die dich erfrischen, beleben und Herz wie Sinne öffnen. So entsteht ein Gefühl von Klarheit und Weite, das dich Schritt für Schritt auf das neue Jahr vorbereitet.

Auch in dieser Woche verbindet sich die Kraft der Natur mit deiner eigenen: Frühstück in der Wintersonne, Spaziergänge an endlosen Stränden und Momente des Rückzugs schenken Ruhe und Kraft. Ausflüge zu den ewigen Feuern von Çıralı, kreative Workshops und Wanderungen in der grünen Landschaft lassen dich neue Horizonte entdecken – im Außen wie in dir selbst.

Der Höhepunkt ist die Silvesternacht: ein festliches Abendessen, Rituale am Feuer, Musik und Tanz verweben sich mit Momenten der Stille zu einem Übergang voller Freude und Lebendigkeit. Horizons bedeutet: den Blick zu weiten, das Neue willkommen zu heißen und inspiriert in ein Jahr voller Möglichkeiten zu starten.



SILVESTER

ROOTS

WEIHNACHTEN

Die Weihnachtstage stehen ganz im Zeichen von Erdung, Atmung und bewusster Bewegung. Den Anfang macht der Fußworkshop, der das Fundament stärkt und das Körperbewusstsein schärft. In der Folge weitet sich der Atemraum – die Zwerchfellarbeit vertieft die Verbindung von Atem, Präsenz und Stabilität. Der Animal Flow Workshop bringt spielerische Kraft und Mobilität in Bewegung, während Treefusion – Meditativ in Nature den Fokus nach außen und zugleich nach innen richtet. Mit Reconnect & Meditate am Strand entsteht ein Moment der Stille inmitten der Elemente.

Gegen Ende der Woche führen Yoga Nidra, Meditationen und Therapeutisches Yoga in die Regeneration. Der Ecstatic Dance öffnet schließlich den Raum für freien Ausdruck, bevor die Woche in Stille, Ritual und gemeinsamer Wärme ausklingt.

HORIZONS

SILVESTER

Die Silvesterwoche widmet sich der Kraft des Wandels. Den Auftakt bildet die Dynamic Movement Meditation, die den Körper befreit und Bewegung als Form der Reinigung erfahrbar macht. Der Workshop Heart Healing Touch öffnet den Raum für bewusste Berührung und Vertrauen, während der Vagus Flow das Nervensystem harmonisiert und den inneren Gleichklang stärkt.

Atemarbeit und Kälte verbinden sich im Breathwork & Ice Bath zu einer intensiven Erfahrung von Präsenz, Mut und Klarheit. Meditationen und Rituale wie ME – Through different eyes oder die Sternenkind-Fantasiereise begleiten die Tage zwischen Rückzug und Öffnung.

Der Übergang ins neue Jahr wird am Strand gefeiert – bei Earth, Wind & Fire, ein besonderer Übergang. Silvester im Lykia steht für Erneuerung, die im Körper beginnt und sich als stille Kraft entfaltet.

SPECIAL GUESTS

ILONA SCHÖNLE

Ilona vermittelt Yoga als ganzheitliche Praxis, die Bewegung, Atmung und Bewusstsein verbindet. Daraus entsteht die Fähigkeit, Körper, Geist, Gedanken und Gefühle in Einklang zu bringen – und eine innere Haltung zu kultivieren, die uns anleitet, mehr aus dem Herzen zu leben.

Ihre Yogastunden sind kraftvoll, energetisch und gleichzeitig voller Feingefühl. Mit ihrer Mischung aus Jivamukti Yoga und Yogatherapie nach Dr. Ronald Steiner führt Ilona durch präzise, fließende Sequenzen, die sowohl fordern als auch tief entspannen.

Ausbildungen bei Tanja Sailer, Timo Wahl und der Jivamukti Yoga School Berlin, sowie Weiterbildungen in Pranayama, Meditation, Yin Yoga, Faszienarbeit prägen ihren klaren, lebendigen Unterrichtsstil. Anmut. Atem. Kraft. – so lässt sich das Gefühl beschreiben, mit dem Ilona ihre Schüler:innen begleitet.

<https://jayabeyoga.com/>



SPECIAL GUESTS

SOHRAB PAPAHN

Sohrab ist ein vielseitiger Künstler und Therapeut, der seine vier Leidenschaften – ganzheitliche Therapie, kreative Bewegung, Musik und Klangreisen – miteinander verbindet. Mit einem ganzheitlichen Ansatz schafft er Räume, in denen Körper, Geist und Seele auf natürliche Weise in Einklang kommen.

Als DJ (Desert Dervish) für Ecstatic Dance erschafft er mit feinfühligster Musik und kraftvollen Rhythmen Atmosphären, die Menschen zu freiem Ausdruck und innerer Verbundenheit einladen.

In seinen Bewegungsangeboten kombiniert er Primal Movement, Animal Flow, Yoga, Calisthenics, Meditation und Ancient Breath zu einem spielerischen, rhythmischen Erlebnis. Freude, Neugier und die Verbindung zum eigenen Körper stehen dabei im Mittelpunkt.

Mit über einem Jahrzehnt Erfahrung als Therapeut und Bodyworker vereint Sohrab tiefgreifendes Wissen aus Osteopathie, Yoga und Nadi Therapie. Sein Ansatz ist feinfühlig und empathisch, stets individuell auf die Bedürfnisse des Menschen abgestimmt. Von manuellen Techniken bis hin zu energetischen Methoden schafft er Räume für Entspannung, Genesung und innere Balance.

<https://www.sohrabpapahn.de/>



WEIHNACHTEN & SILVESTER

ROOTS & HORIZONS

Preise & Leistungen 2025

Inklusiv Leistungen:

- 7 Übernachtungen im Tiny-house in gebuchter Kategorie
- vegetarische/vegane Vollpension
- 1x besonderer Abend Event an Weihnachten & Silvester vegetarisch/vegan
- Fleisch & Fisch Option am Abschiedsabend
- frisches Quellwasser, Tee & Obst ganztags inklusive
- frischer Bohnenkaffee & Saft zum Frühstück
- kostenloser Sammeltransfer 5x am Sonntag zu fixen Zeiten
-

Inklusives Aktivprogramm:

- 5 Yogastunden á 90 min
- 4 Meditationen oder Breathwork á 30 min
- 1 Fantasiereise o Yoga Nidra
- 1 Ritual
- 1 Meditation am Strand
- 1 Abenderlebnis an Weihnachten & Silvester
- 3 Workshops á 60–90 min
- 1 Ecstatic Dance
- 1 Halbtagestour/Wanderung

Zubuchbare Angebote:

Zwei weitere Ausflüge sind je nach Woche
zu 35 € – 65 € vor Ort zubuchbar.

Special Workshop 25 €

Massagen & osteopathische Behandlungen 45 € -150 €

Preise mit Vollpension / Woche

Einzelzimmer: 1.400 € – Folgewoche 1.360 €

Einzelzimmer Doppelbett: 1.430 € – Folgewoche 1.390 €

Einzelzimmer Mini: 1.340 € – Folgewoche 1.300 €

Doppelzimmer pro Person: 1.270 € – Folgewoche 1.230 €

Termine:

21.12.–28.12.25 Weihnachten

28.12.–04.01.2025 Silvester

special guests: Ilona Schönle & Sohrab Papahn, die vom
erfahrenen Lykia Teacher Team unterstützt werden

An- und Abreisetag Sonntag, wochenweise
& 14 Tage buchbar.



LYKIA LODGE

HOME OF HAPPINESS