

# Yoga Reis naar Sardinië in het voorjaar 2027

Lieve Yogi,

Eens per jaar gun ik mezelf een week cadeau: een yoga reis naar een mooie plek. Ik kom altijd opgeruimd, opgeladen en geïnspireerd terug. Nu ben ik weer naar een prachtplek geweest waar ik ook jullie naar toe wil nemen in het voorjaar van 2027 ( begin april of medio mei, afhankelijk nog van de beschikbaarheid van de locatie).

Ben je toe aan een week helemaal voor jezelf, zonder verplichtingen? Wil je op een “Pauze knop” in je leven drukken en letterlijk op ademkomen? Ben je nieuwsgierig naar wat een week met een overzichtelijke routine, dagelijkse yoga, natuur en avontuur voor je kan doen? Wil je je laten inspireren en verwennen?

Ik nodig je uit om met mij mee te gaan naar deze plek in het midden van Sardinië (het eiland behoort tot de beroemde “Blue Zone”). In een dorp waar tijd stil lijkt te staan, waar je de smaak van de beroemde lokale keuken kan proeven, waar je je laat onthaasten en je kan openen naar een diepere verbinding met natuur, jezelf en met anderen. Su Ferreri Guesthuis ligt in Sorradile en wordt beheerd door Sandra en Alo. Sandra is Nederlands van afkomst, een certified Life coach en yoga teacher, Alo werkt nu als een DJ en een lokale producer bij tv-producties. Laatste jaren wonen ze samen in dit dorp met 300 inwoners, waar ze het oude huis van Alo zijn familie opknappen. Ook hebben ze een tuin aangelegd en een yoga studio gecreëerd en veel goeds gedaan voor de omgeving.

Stel je je dag voor: een wandeling bij zonsopkomst waar je in een meer een koude ochtendduik kan nemen, een ochtend yoga sessie, een heerlijke vegetarische brunch, tijd voor jezelf, een middag snack, een wandeling naar een historisch uitzicht punt in het bos, een workshop, of een reisje naar de zee, en daarna een diner. De dag kan afgesloten worden met een meditatie bij zonsondergang, een sauna sessie of een yoga nidra ontspanning. Of simpel een mooi gesprek onder de sterrenhemel. En dat 6 dagen achter elkaar 😊

Lijkt het je leuk? Heb je interesse, maar heb je ook vragen of twijfels? Wil jij exacte data weten? Laat het mij snel weten via whatsapp of email: 06-55827183, [elenai@upcmail.nl](mailto:elenai@upcmail.nl).

**DRU YOGA & MEER reis naar SARDINIE**, wat kun je verwachten:

- 7 nachten in een sfeervol verblijf
- vegetarische maaltijden,
- dagelijkse Dru yoga en meditatie,
- een workshop meridiaan therapie /een cacao ceremonie,
- een trip naar de zee, wandelingen in de prachtige omgeving,
- een pizza party,
- groepstransfer van en naar Cagliari airport

**Prijs is 1750 euro bij een verblijf in tweepersoonskamer met een gedeelde badkamer.** En-suite of eenpersoonskamer kan tegen meerprijs, vraag er gerust naar bij interesse. Ik vraag bij een aanmelding een aanbetaling van **350 euro**, de rest in twee delen, eind oktober en eind januari.

Wat is niet inbegrepen: een vlucht naar Cagliari (vanaf Düsseldorf Weeze of Amsterdam) of Olbia (Eindhoven en Amsterdam), een eigen transfer met de trein of auto en eventuele massage of therapiesessie.

