



PRESSEMITTEILUNG

Einwöchige Erfahrungsreise für Balance und Leichtigkeit im Alltag

Yoga Retreat mit Halima Elkasmi im Wyn Strandhotel Sylt

Westerland, 06.10.2022 – Im November nimmt das Wyn Strandhotel Sylt seine Gäste mit auf eine Reise zu mehr Balance und Leichtigkeit im Alltag. Geführt wird diese einwöchige Erfahrung von Halima Elkasmi, Coach für Yoga und Functional Training. Die rauschenden Wellen der Nordsee im Ohr lassen die Teilnehmer Stress und die alltägliche Beanspruchung hinter sich und lernen, wie sie durch die natürliche Bewegung des Körpers eine zunehmende Stille im Geist erreichen.

Während des Yoga & Movement Retreats vom 19. bis zum 26. November werden die Gäste eine andere Selbstwahrnehmung erfahren und sich auf neue Weise spüren, indem sie sich auf verschiedene Arten betrachten und bewegen. Das Yoga und Movement bieten hierfür wichtige Herangehensweisen, die sich positiv auf den Körper und das damit verbundene Mindset auswirken. Wie können beide positiv beeinflusst und in eine bessere Balance gebracht werden? Darauf fokussieren sich Teilnehmer und Trainerin während der unterschiedlichen Yoga & Movement-Einheiten des Retreats.

Ergänzt wird das Programm von einer dreistündigen Coffee-Experience in der Kaffeewerkstatt Braderup, bei der die Teilnehmer ihre Geschmacksnerven kalibrieren und verschiedene Kaffees, Kaffeebereiter und Brührezepte probieren. Eine Wattwanderung sowie ein Body Screening & Testing, wobei die Stabilität und Mobilität des Körpers im Ist-Zustand ermittelt wird, runden das Angebot ab.

Termin

Samstag, 19. November 2022 bis Samstag, 26. November 2022

Preis

2.861,00 € im Doppelzimmer

1.957,00 € p.P. im Einzelzimmer

Mehr Informationen über Halima Elkasmi:

[Halima Elkasmi / Personal Training \(halima-elkasmi.com\)](https://www.halima-elkasmi.com)

Fotomaterial zum Download finden Sie [HIER](#)

Bilder Halima Elkasmi: [meerlicht-photography.com](https://www.meerlicht-photography.com)

Bilder Hotel: arcona Hotels & Resorts

Weiteres Bildmaterial gibt es [hier](#) und unter www.arcona.de

Über arcona Hotels & Resorts

2008 gegründet, sind die arcona Hotels & Resorts mit Sitz in Rostock auf den Betrieb und die Entwicklung erstklassiger Freizeit- und Ferienhotels spezialisiert. Die derzeit neun arcona Häuser befinden sich in teils denkmalgeschützten Immobilien an namhaften Urlaubsdestinationen wie Rügen, Sylt und Kitzbühel. Zum Portfolio zählen unter anderem das bekannte Hotel Elephant Weimar, das traditionsreiche Romantik Hotel auf der Wartburg und der Golfclub Schloss Teschow. Neue Projekte treibt arcona in den Alpen und an den deutschen Küsten voran. Als Lizenznehmer des von Til Schweiger entwickelten Barefoot-Konzepts betreibt arcona außerdem Barefoot Hotels an etablierten Destinationen wie Mallorca, ein weiteres Barefoot ist in Bad Wiessee am Tegernsee in Planung. Inhaber und Gesellschafter von arcona sind Alexander Winter und Treugast-Gründer Prof. Stephan Gerhard. Firmensitz ist die denkmalgeschützte Zeeck'sche Villa in Rostock.

Unternehmenskommunikation arcona HOTELS & RESORTS

Christiane Winter-Thumann

August-Bebel-Straße 55, 18055 Rostock

Tel.: +49 381 - 873 949-30

c.winter-thumann@arcona.de | www.arcona.de

Pressekontakt arcona HOTELS & RESORTS

StörrFaktor PR, Michaela Störr

Burgstraße 12, 93093 Donaustauf

Tel.: +49 89 - 42 09 56 69 12

info@stoerrfaktor.de