



**Voor meer informatie of
om te boeken, kun je
contact opnemen met:**

@ info@justnaturall.com

📞 06-20170671

🌐 www.justnaturall.com



HET BODY, MIND & SOUL RETREAT IS INCLUSIEF:



Retour vliegtickets



Verblijf in een luxe villa



Een chef-kok die alle
maaltijden bereidt



Vervoer voor de hele week



Body, Mind & Soul Retreat



18 - 24 april 2026 | Torrox Spanje

In samenwerking met Maia
Retreats nemen we je mee op
een geweldige reis naar de
Spaanse kust, waar body, mind,
soul en pure ontspanning
samenkomen in een
onvergetelijke ervaring.

Body, Mind & Soul Retreat

Voel, adem en laad op tijdens het Body, Mind & Soul Retreat in het zonnige Andalusië: een reis vol rust, kracht en nieuwe energie.

Ik ben Natasja, energetisch therapeut, holistisch schoonheidsspecialiste, Reiki Master en levensgenieter. Al vijftien jaar begeleid ik mensen om hun energie te herstellen en weer vol vertrouwen in hun kracht te staan.

Graag neem ik je mee naar deze volledig verzorgde retreat op een prachtige locatie, waar je een week lang geniet van diepe ontspanning, fijne activiteiten, helende energie, heerlijk eten van onze eigen chef én de mediterrane zon.

Laat je inspireren door yoga, een blauwe lotus thee ceremonie, soundhealing, kajakken langs de Spaanse kust, een bezoek aan het idyllische Frigiliana, een massage, een jeep safari, een adembenemende sunrise hike en nog veel meer.

Ervaar de pure verbinding met jezelf, de natuur en elkaar. Ga je mee?

Warme groet,
Natasja



HET PROGRAMMA

Zaterdag 18 april

- Aankomst in de villa
- Welkomstdrankje, rondleiding & introductie
- Diner in de villa

Zondag 19 april

- Verse smoothie & fruit
- Yin yoga/meditatie
- Ontbijt
- Lunch in de villa
- Bezoek aan Frigiliana, inclusief koffie en rondleiding
- Diner in de villa

Maandag 20 april

- Sunrise hike in de Sierra de Tejada
- Ademsessie/mindfulness
- Ontbijt op de berg
- Koffie en vrije tijd Competa
- Lunch in de villa
- Wellness middag in de villa (inclusief massages)
- Tapas avond in de villa

Dinsdag 21 april

- Ontbijt
- Yin yoga op het strand
- Lunch op het strand
- Kayakken op de Middellandse Zee
- Live paella cooking

Woensdag 22 april

- Ontbijt
- Jeep safari
- Lunch in de villa
- Sound healing
- Diner in de villa

Donderdag 23 april

- Verse smoothie & fruit
- Yogales
- Ontbijt
- Lunch in de villa
- Blauwe lotus thee ceremonie
- Blauwe lotus meditatie
- BBQ avond in de villa

Vrijdag 24 april

- Verse smoothie & fruit
- Inner Wave
- Ontbijt
- Afscheidsceremonie & inpakken
- Lunch in de villa
- Middag in Malaga (programma is afhankelijk van de vluchttijden)



Van 18 t/m 24 april 2026



De prijs is vanaf €1.825,- voor een gedeelde tweepersoonskamer met aparte bedden. Deze prijzen zijn all-inclusive.

