



# 2026 YOGA RETREATS



★★★★

## GALANIAS

HOTEL - BARI SARDO



€ 895 a persona

## DISTENSIONE E QUIETE INTERIORE



Daniele Cavallini  
e Teresa Intonato

### Il Ritiro

Una vacanza in cui puoi concederti il tempo per liberare la mente e ritrovare la tua quiete interiore. Unisciti a noi per 5 giorni e 4 notti di relax e nutrimento, cibo delizioso, mare cristallino, yoga e connessione.

Uno yoga retreat è spesso un'esperienza trasformativa che ti dà il tempo di ripristinare, rafforzare e guarire. Questa è anche la tua vacanza, quindi hai il tempo di incontrare nuove persone, ridere, danzare, fare lunghe passeggiate nella natura, nuotare o semplicemente sederti in pace al sole ed essere.

### Il Programma

**19 agosto:** arrivo in hotel, pratica yoga.

**20-22 agosto:** pratica yoga al mattino, tempo libero, pratica yoga di pomeriggio.

**23 agosto:** cerchio di chiusura, saluti.

### I Prezzi

#### Camera doppia – € 895 a persona

Include: ritiro, sistemazione in camera doppia, trattamento di mezza pensione, pratiche yoga giornaliere e utilizzo del materiale yoga.

#### Camera doppia uso singola – €1275 a persona

Include: ritiro, sistemazione in camera doppia uso singola, trattamento di mezza pensione, pratiche yoga giornaliere e utilizzo del materiale yoga.

### The Retreat

A holiday where you can take time to free your mind and rediscover your inner peace. Join us for 5 days and 4 nights of relaxation and nourishment, delicious food, crystal-clear sea, yoga and connection.

A yoga retreat is often a transformative experience, offering time to restore, strengthen and heal. This is also your holiday, giving you the freedom to meet new people, laugh, dance, take long walks in nature, swim, or simply sit peacefully in the sun and just be.

### The Programme

**August 19:** arrival at the hotel, yoga session.

**August 20–22:** morning yoga session, free time, afternoon yoga session.

**August 23:** closing circle, farewell.

### Prices

#### Double room – €895 per person

Includes: retreat, accommodation in double room, half-board treatment, daily yoga sessions and use of yoga equipment.

#### Double room for single use – €1275 per person

Includes: retreat, accommodation in double room for single use, half-board treatment, daily yoga sessions and use of yoga equipment.