



2026 YOGA RETREATS



★★★★

GALANIAS

HOTEL - BARI SARDO



€ 1620 a persona

RITIRO YOGA ATMA STUDIO



Piero Vivarelli

Il Ritiro

La natura che circonda la shala yoga e lo splendore del mare su cui si affaccia sono assolutamente propizi alle nostre pratiche: 7 giorni nei quali daremo il benvenuto alla giornata con una sessione di pranayama e meditazione seguita, dopo una gradevole pausa tè, da una di asana. Dopo il brunch, tempo libero per godere del mare, della natura e delle escursioni nella magnifica Ogliastra. Nel pomeriggio, altra sessione di asana, pranayama e dhyana.

Il Programma

27 giugno: arrivo in hotel e sessione nel pomeriggio.

28 giugno - 3 luglio: due pratiche giornaliere (con 1 pomeriggio di pausa).

4 luglio: pratica alla mattina e saluti.

I Prezzi

Camera doppia – € 1620 a persona

Include: 2 pratiche yoga giornaliere, sistemazione in Camera doppia, trattamento di mezza pensione, utilizzo del materiale yoga.

Camera doppia uso singola – € 2040 a persona

Include: 2 pratiche yoga giornaliere, sistemazione in Camera doppia uso singola, trattamento di mezza pensione, utilizzo del materiale yoga.

The Retreat

The natural setting surrounding the yoga shala and the stunning sea views create the perfect environment for our practice. Over these 7 days, each morning will begin with a pranayama and meditation session, followed - after a pleasant tea break - by an asana practice. After brunch, there will be free time to enjoy the sea, nature and excursions in the beautiful Ogliastra region. In the afternoon, a second session of asana, pranayama and dhyana will take place.

The Programme

June 27: arrival at the hotel and afternoon session.

June 28 – July 3: two daily sessions (with one afternoon off).

July 4: morning practice and farewell.

Prices

Double room – €1620 per person

Includes: 2 daily yoga sessions, accommodation in double room, half-board treatment, use of yoga equipment.

Double room for single use – €2040 per person

Includes: 2 daily yoga sessions, accommodation in double room for single use, half-board treatment, use of yoga equipment.