

DAS RETREAT

"Your Own Rhythm - Dein eigener Rhythmus"

In einer Welt, die laut, schnell und voll ist, verlieren wir oft die Verbindung zu dem, was in uns leise, langsam und wahr ist. Unser Alltag ist getaktet, verlangt Tempo, Anpassung, Leistung und ist oft gebunden an fremde Rhythmen. Im ständigen Reagieren verlieren wir das Gespür für unser eigenes Tempo, unsere inneren Zyklen, unserem organischen Rhythmus.

Yoga

gibt uns über die Körper- und Atemübungen eine unglaubliche Erfahrungsquelle an die Hand, die uns dieses ursprüngliche Bewegungskontinuum, unsere körperliche Bewegungsintelligenz und unser Sein neu entdecken lässt.

In uns allen lebt eine stille Weisheit, ein feiner Takt, der im harmonischen Einklang mit unserem Herzen schlägt – der uns führt, wenn wir bereit sind, ihn mit Bewusstheit wieder zu hören. Im Laufe der Jahre sind wir oft in konditionierten Rhythmen, Gewohnheiten von Denk- und Handlungsweisen verwoben. Was, wieviel, wovon, weniger oder mehr und wie wir Veränderung für uns selbst brauchen erfordert Bewusstwerden, Zeit und eine Großzügigkeit an uns selbst.

Dieses Retreat spricht die Einladung aus, dich zu erinnern.

An deine ursprüngliche Lebendigkeit, deine Freude und der eigenen Fähigkeit, dem Prozess von Wandel, Klarheit, Heilung und Wachstums zu vertrauen. In der Yogaphilosophie ist dieser eigene Rhythmus eng mit dem Begriff „Rta“ verbunden – der natürlichen Ordnung, dem endlosen Fluss, der alles durchdringt. Auch in dir gibt es diese Ordnung: in deinem Atem, deinem Herzschlag, deinem Schlaf, deinem Zyklus, deiner Intuition.

Schenke dir Zeit, Ruhe und Raum

ohne Erwartungen und Druck, in deinem Tempo, auf deine Weise, in deinem Rhythmus.

Mit Elementen aus Hatha, Yin und Pro Age Yoga® erleben wir gemeinsam:

- Eine sanfte bis dynamische Yogapraxis – mal herausfordernd, mal innehaltend, ganz im Rhythmus deines täglichen Erlebens
- Pranayama & Atembewusstsein – um den Blick nach Innen zu vertiefen
- Meditation, Stille & Kontemplation – als Zugang zu tieferen Selbstwahrnehmung
- Impulse aus der Yogaphilosophie & Naturbeobachtung – zur Integration und Verkörperung des Erlebten

Gern nehme ich dich mit, an diesen besonderen Ort, dem Samahita Retreat, auf der Insel Koh Samui, Thailand - direkt am Meer. Begleitet von der Schönheit dieser tropischen Natur, der kraftvollen Energie und der authentischen Atmosphäre, die nährt, inspiriert und stärkt. Gesunde, frische und regionale Zutaten laden zum absoluten Hochgenuss ein.

Das gesamte Team vom Samahita Retreat, ist mit seiner so einladend freundlichen und zugewandten Art jeder Zeit für dich da, um dich während deiner Auszeit in tiefere Entspannung und Regenerationsmomente eintauchen zu lassen. Erfrischt, erneuert und belebt kannst du deine Heimreise antreten, im langen Nachhall tief spürbarer Freude.

Ich freu' mich auf unsere Begegnung.

Von Herzen, deine Greete

Die Agenda

Zetablauf

Dein Retreat-Ablauf vom 14.-21. Februar 2026

Die Morgen- & Abend-Yogapraxis ist an die festgelegten Essenszeiten des Samahita Retreats angepasst. Bitte beachte, dass wir bestrebt sind, eine friedliche und ruhige Umgebung am Morgen zu schaffen und zu geniessen. Zwischen den Yogaeinheiten liegt deine freie Zeitgestaltung.

Der Retreat-Ablauf im Detail

Samstag, 14. Februar 2026 - Abend-Yoga mit Begrüssung & Ankommen 16:00 - 18:00 Uhr

Täglich von **Sonntag, 15. Februar 2026** - **Freitag, 20. Februar 2026**:

6:45 Uhr	Kaffee, Tee, Früchte
8:30 Uhr	Morgenyoga
10:00 - 13:30 Uhr	Frühstück Buffett
16:30 - 18:00 Uhr	Abendyoga
18:00 - 20:00 Uhr	Kostenloses Kräuterdampfbad verfügbar
18:00 - 20:00 Uhr	Abendessen Buffett

Samstag, 21. Februar 2026 - Morgen-Yoga zum Abschied 8:30 - 10:00 Uhr

DEINE UNTERKUNFT

„Das Samahita Retreat“

Das Samahita Retreat ist mehr als ein Hotel, mehr als ein Resort. Es ist ein speziell entwickeltes Retreat-Zentrum, das ganz deiner Gesundheit und deinem Wohlbefinden gewidmet ist – ein Ort, der Körper und Geist neue Vitalität schenkt, an dem du wertvolle Werkzeuge für ein bewusstes Leben erlernen kannst, und gleichzeitig Raum findest, um am Strand zu entspannen und einfach zu genießen. Ein authentisches und umweltfreundliches Yoga Retreat, gelegen an einem ruhigen 200 Meter langen Sandstrand im Süden der Insel Koh Samui, ca. 25 km vom Flughafen entfernt.

Während deines gesamten Aufenthaltes kannst du alle Annehmlichkeiten inkludiert genießen. 2 x täglich Yogapraxis á 90 min., morgens & abends, komplettes Frühstück, Mittag und Abendessen in Buffetform, sowie die Nutzung aller Einrichtungen am Strand für die Dauer des gebuchten Aufenthalts.

Kulinarische Highlights

Vollverpflegung, gesund, frisch, regional und mit Liebe zubereitet. Während deines Aufenthalts im Samahita Retreat erwartet dich ein reichhaltiges, täglich wechselndes Buffet – im Preis inbegriffen und liebevoll zusammengestellt. Hier findest du alles, was Körper und Seele nährt:

Frühstücksfreuden

- Hausgemachtes Brot, Müsli & Granola
- Frisches Obst aus Thailand
- Nussmuse & Marmeladen aus eigener Herstellung
- Eierspeisen nach Wunsch
- Frisch gepresste Säfte, Thai-Kräutertees, Hilltribe-Kaffee

Leichte & gesunde Mittagsküche

- Frische Salate, Sprossen, Samen
- Vegane Milchalternativen & hausgemachte Elektrolytgetränke
- Rohkostgerichte, Dressings & fermentiertes Gemüse
- Vielfältige warme Speisen – thailändisch & international

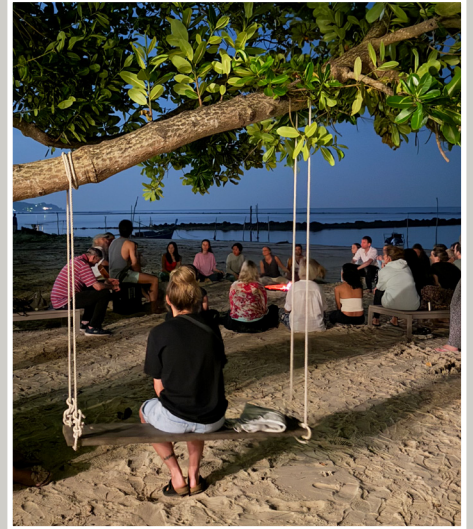
Abendliches Genießen

- Abwechslungsreiche, schmackhafte Gerichte
- Optionen für Veganer, Vegetarier & Fischliebhaber

Für deine Auszeit vollen Genuss und Balance.

DIE SEELE TANKT AUF

„Das Samahita Retreat“



DEINE UNTERKUNFT

„Das Samahita Retreat“

Alle Zimmer im Überblick und nach Verfügbarkeit

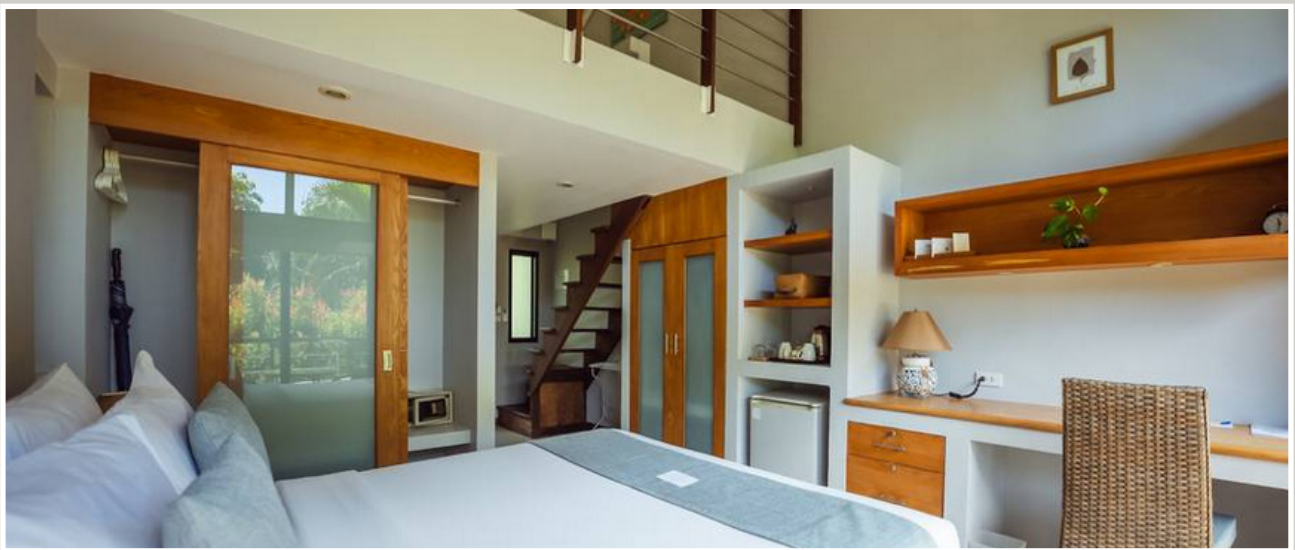
„Einatmen & Ausatmen Zimmer“

1. Variante

„Ausatmen“ Gartenblickzimmer

Gartenloft mit Balkon

Zweistöckiges Loft mit zwei Schlafzimmern, offen gestaltet, gemeinsames Zimmer und Bad Gartenblick Loft mit 2 Schlafbereichen auf zwei Etagen, 1 Bad. Ideal für 2 Personen, die sich eine Unterkunft aber nicht 1 Zimmer teilen möchten. 80 Meter vom Strand.

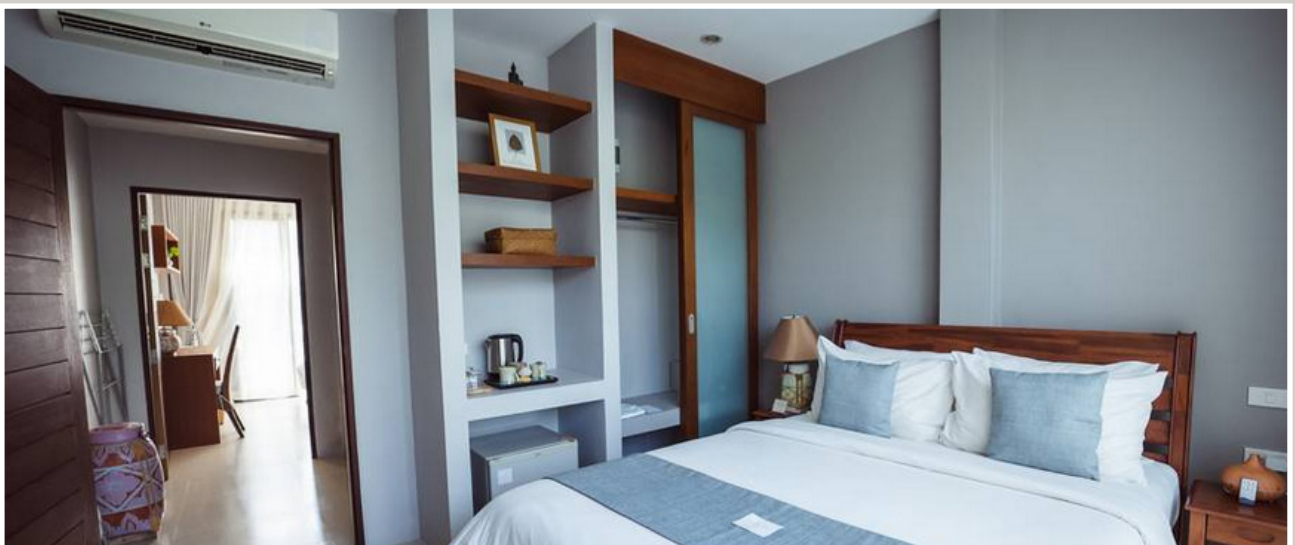


2. Variante

„Ausatmen“ Gartenblickzimmer

Gartenblick Semi-Privatzimmer geteiltem Bad zur Alleinnutzung.

2 private Schlafzimmer teilen sich ein gemeinsames Badzimmer im Flur sowie Balkon. 70 Meter vom Strand.



DEINE UNTERKUNFT

„Das Samahita Retreat“

Alle Zimmer im Überblick

„Einatmen & Ausatmen Zimmer“

3. Variante

„Ausatmen“ Gartenblickzimmer

Privates Gartenzimmer

zur Alleinnutzung oder Doppelbelegung 80 Meter vom Strand.



4a. Variante

„Einatmen“ Beachfront Zimmer

Beach privat.

Beach Privatzimmer, zur Einzelnutzung oder Doppelbelegung



DEINE UNTERKUNFT

„Das Samahita Retreat“

Alle Zimmer im Überblick und nach Verfügbarkeit

„Einatmen & Ausatmen Zimmer“

4.b Variante

„Einatmen“ Beachview privat

Beachview privat.

Beachview Privatzimmer, zur Einzelnutzung oder Doppelbelegung



4.c. Variante

„Einatmen“ Beachfront privat

Beachfront privat.

Beachfront Privatzimmer, zur Einzelnutzung oder Doppelbelegung



PACKAGE-PREISE

Übersicht der Buchungspreise 14.-21.02.2026

Ganz gleich, für welche Zimmerkategorie du dich entscheidest, Strand, Pool, Restaurant und Yoga-Räume sind nur wenige Schritte entfernt. Der Buchungspreis beinhaltet nicht die Kosten für die An- und Abreise, welche bitte selbst zu organisieren sind.

Wenn du gern teilnehmen magst, bitte ich dich, mir zu schreiben, entweder über mein Kontaktformular oder direkt per Mail an: welcome@yoga-kunst.de.

Deine Buchung erfolgt ausschließlich über mich, nicht über das Samahita Retreat Hotel. Nimm dir gern Zeit und stöbere auf der Website oder dem Instagram Account des Samahita Retreat, damit du alle detaillierten Annehmlichkeiten einsehen kannst. Für weitere Fragen, bin ich gern für dich da.

Check-in-Zeit ist 14 Uhr am ersten Tag, die Abreise-Zeit ist um 12 Uhr am letzten Tag.

Variante	Zimmerkategorie	Anzahl der verfügbaren Zimmer	Buchungspreis für Alleinreisende	Buchungspreis (pro Person) für Paare
"Ausatmen" Gartenzimmer				
1	Gartenloft	12 (24 Betten)	1.424 €	-
2	Gartenzimmer Semi-Privat	12 (6 x semi sets)	1.584 €	-
3	Gartenzimmer Privat	20	1.744 €	1.424 €
"Einatmen" Strandzimmer				
4.a	Beach Privat	10	2.064 €	1.744 €
4.b	Beachview Privat	3	2.224 €	1.904 €
4.c	Beachfront Privat	7	2.544 €	2.224 €

Klicke für eine PayPal-Zahlung auf den jeweiligen Geldbetrag oder nutze für eine manuelle Eingabe des Betrages den folgenden Link: <https://paypal.me/yveka>



Ich freue mich auf die gemeinsame Zeit mit euch,

Yvette

BUCHUNGSBEDINGUNGEN

Die vollständige Abwicklung übernehme ich für dich und leite somit alle Informationen, Buchungen und Zimmerwünsche an das Hotel weiter. Folgende Bedingungen sind mir vom Samahita Retreat Hotel genannt. Mit deiner Buchung bei mir erklärst du dich mit diesen Bedingungen als einverstanden..

Die gesetzlich vorgeschriebenen Angaben vom Samahita für deine Buchung sind: vollständiger Name des Gastes, Geschlecht, Staatsangehörigkeit, E-Mail-Adresse und Zimmertyp. Der Buchungsbetrag ist in Etappen zu zahlen. Zu Beginn ist eine Anzahlung zu leisten, später dann der Restbetrag.

Den Restbetrag und die Zimmerbestätigung muss ich 55 Tage vor Beginn des Retreats an das Hotel weiterleiten. Alle zu diesem Zeitpunkt bestätigten Zimmer werden mir vollständig in Rechnung gestellt. Solltest du nicht anreisen können, muss ich dir diese Rechnung deiner Zimmerreservierung nebst deiner zusätzlichen Vorabbuchungen zur Begleichung weiterleiten. Für Stornierungen nach diesem Zeitpunkt werden keine Rückerstattungen gewährt.

Last-Minute-Buchungen werden je nach Verfügbarkeit angenommen.

Vor Reiseantritt schickt mir das Samahita Retreat eine Bestätigung mit den Buchungsdetails, welche ich dann an dich weiterleiten werde. Es folgt auch eine Willkommens-E-Mail, in welcher die Samahita-Richtlinien und die Einrichtungen beschrieben werden. Diese werde ich auch an alle Teilnehmer weiterleiten - das ist Firmenpolitik. Weitere Informationen meinerseits werde ich bei Bedarf hinzufügen.

ANZAHLUNGS- UND STORNIERUNGSBEDINGUNGEN

Wenn du dich entscheidest teilzunehmen und du deine Zimmerauswahl getroffen hast, dann bitte ich dich, alle oben genannten persönlichen Angaben vertrauensvoll an mich zu schicken und eine Anzahlung in Höhe von von 25% des Buchungspreises (nach Zimmerkategorie und Anzahl der Teilnehmenden) an mich zu leisten. Damit sicherst du dir verbindlich deinen Platz für das Retreat.

Deine geleistete Anzahlung von 25 %, die du zur Sicherung der Buchung getätigt hast, ist im Falle einer Stornierung des Retreats nicht erstattungsfähig. Hierfür bitte ich um Verständnis.

ZAHLUNGSBEDINGUNGEN

Alle Zahlungen für dieses Retreat müssen rechtzeitig im Voraus geleistet werden und können nicht vor Ort getätigt werden. Der vollständige Buchungspreis ist bitte bis spätestens 60 Tage vor Reiseantritt zu zahlen.

Alle zusätzlichen Rechnungen, die während deines Aufenthalts anfallen, müssen bei der Abreise vor Ort im Hotel von dir entweder in Bar in der Landeswährung Bath oder per Kreditkarte (Visa- oder Mastercard) beglichen werden.

ZAHLUNGSMÖGLICHKEITEN

Deine Zahlungen an mich kannst Du entweder Bar, per Banküberweisung oder Paypal tätigen. Nach deiner Buchungsbestätigung erhältst du gern die benötigten Zahlungsinformationen von mir. Solltest du weitere Fragen haben, wende dich bitte einfach an mich, ich unterstütze dich gern.

Deine Yvette