

YOGA

RETREAT

FINCA SERENA MALLORCA

14-17 | MAR | 2023





DATES | *FECHAS*:

March 14 to 17, 2023
14 al 17 de Marzo, 2023

PRICE | *PRECIO*:

1.460€ (1pax)
2.480€ (2pax)

IDIOMA | *LENGUAGE*:

English
Inglés

CHECK IN: 15pm

CHECK OUT: 12pm

TEACHER | *PROFESORA*:

Lina Jurevičiūtė

Limited places*

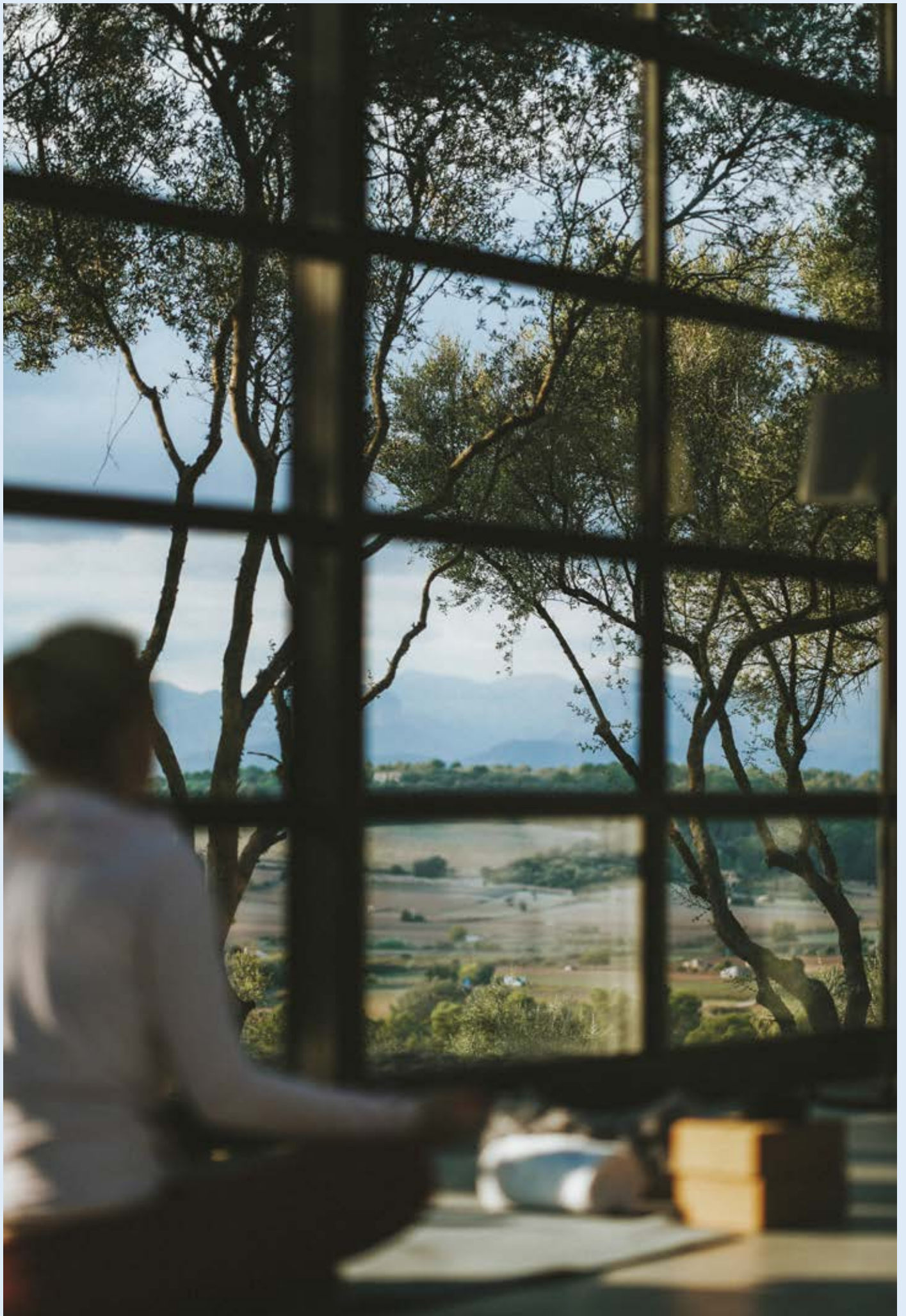
*Plazas limitadas**



L I N A J U R E V I Č I Ū T Ę

Lina Jurevičiūtė is a passionate vinyasa, power & yin yoga teacher and a sound healing specialist. She strongly believes that through the power of our breath and movement we can transform not just our body but our mind too so during this retreat we'll be exploring strong vinyasa practices, soothing yin, powerful meditations and transformative sound healing sessions. Lina has started her yoga journey 9 years ago and now is teaching around Europe, leading retreats and wellness getaways. Lina places a big emphasis on the internal experience, rather than on external appearances so in her classes expect to move through creative flows using your breath that will guide you into this extraordinary journey through your mind, body and soul. On our yoga mats Lina guides you with ease and open mind where we all learn from our past, strengthening our present and building our future. It's never just about the poses - Lina encourages to delve much deeper to find the true connection and inner stillness.

Lina Jurevičiūtė es una profesora de yoga apasionada de Vinyasa, Power y Yin yoga además de especialista en "Sound Healing". Ella cree firmemente que a través de nuestra respiración y movimiento podemos transformar no solo nuestro cuerpo sino también nuestra mente, por lo que durante este retiro se llevarán a cabo prácticas de Vinyasa, Yin relajante, meditaciones y sesiones de Sound Healing. Con 9 años de experiencia, Lina da clases por toda Europa, liderando retiros y escapadas de wellness. Lina pone un gran énfasis en el bienestar interno, más que en las apariencias externas, por lo que en sus clases espere moverse a través de secuencias usando su respiración que lo guiarán en este extraordinario viaje a través de su mente, cuerpo y alma. Lina le anima a profundizar y a encontrar la verdadera conexión y serenidad interior.



R E T R E A T

Join us for revitalizing yoga and mindfulness for body and soul at the most magical spot in the Mediterranean. Four luxurious calm days at Finca Serena Mallorca, when the island is at its best. An oasis away from everyday life where you can rejuvenate, grow and reconnect with your true self. From the nourishing food to the yoga classes, nature and the facilities, this retreat is designed to serve your total wellbeing. This retreat is offered at all levels and led by Lina Jurevičiūtė.

Únete a nosotros para revitalizar cuerpo y mente a través del yoga y trabajar la atención plena hacia el cuerpo y el alma en el lugar más mágico del Mediterráneo. Cuatro días exclusivos de calma en Finca Serena Mallorca. Un oasis lejos de la vida cotidiana donde puedes rejuvenecer, crecer y reconectarte con tu verdadero yo. Desde la comida nutritiva hasta las clases de yoga, la naturaleza y las instalaciones, este retiro está diseñado para servir a su bienestar total. Un retiro para todos los niveles de la mano de Lina Jurevičiūtė. Días para relajarse. Tiempo para ti.



B E N E F I T S

- Increase flexibility
- Increase muscle strength and tone
- Renewed energy and inner peace
- You'll feel relaxed and rested
- Improve posture and balance
- Silence and time for yourself

- *Gana Flexibilidad*
- *Aumenta la fuerza y el tono muscular*
- *Energía renovada y paz interior*
- *Te sentirás relajada y descansada*
- *Mejora la postura y el equilibrio*
- *Desconexión y tiempo para ti*



I N C L U D E D

- Accomodation in a double room for 3 nights.
- Welcome drink.
- Mini bar stocked with healthy drinks and snacks.
- Full board featuring a balanced, plant-based menu (fully adaptable for vegan, celiac and other food intolerances) based on local and seasonal products. Includes non alcoholic drinks with meals.
- 5 yoga classes- Energizing Vinyasa Yoga in the mornings, restorative yoga in the evenings.
- 1 Yoga Nidra Meditation session.
- 1 Sound Healing session.
- Afternoon Cacao Ceremony.
- Access to UnicoSpa (Sauna, Hammam, heated swimming pool, water circuit and fitness by Technogym).
- Special offers on selected beauty Spa products.
- Specialist equipment including yoga mats, blocks and belts.

- *Alojamiento en habitación doble para 3 noches.*
- *Bebida de Bienvenida.*
- *Minibar con snacks y bebidas saludables.*
- *Pensión completa siguiendo nuestra alimentación a base de productos de temporada y de proximidad (opción para veganos, celíacos y otras intolerancias). Bebidas no alcohólicas incluidas durante las comidas.*
- *5 clases de yoga – unas más energizantes por la mañana de Vinyasa Yoga y otras más restaurativas por la tarde.*
- *1 sesión de meditación.*
- *1 sesión de Sound Healing.*
- *Ceremonia de cacao.*
- *Acceso a Único Spa (Sauna, Hammam, Piscina climatizada y sala Fitness by Technogym)*
- *Posibilidad de adquirir productos de belleza del Spa con interesantes ventajas.*
- *Material para las actividades (esterillas, cinturones y blocks).*




FINCA
SERENA

MALLORCA

fincaserenamallorca.com

(+34) 971 18 17 58

info@fincaserenamallorca.com

 [@fincaserenamallorca](https://www.instagram.com/fincaserenamallorca)

 [@bylinaju](https://www.instagram.com/bylinaju)



A MEMBER OF
unicohotels.com