



Retreat Kalender Pandanus 2024/2025

DATE	RETREAT	11.2024 - 01.2025	
17.11.24 - 24.11.24	Pilates meets Mindfulness with Monika Bart (CH)		Die Achtsamkeitswoche ist eine wertvolle Zeit für inneren Frieden, Stille, Loslassen und Entspannung. .
02.01.2025 - 05.01.25	One Day Retreat / Two Day Retreat		Gönn dir eine erfrischende Pause vom Reisen oder dem Alltag – oder entdecke einfach mal etwas Neues. Dieser Tag hält für dich ein vielfältiges Erlebnis bereit
06.01.25 - 09.01.25	One Day Retreat / Two Day Retreat		Ein Tag scheint oft zu kurz, eine Woche hingegen zu lang. Doch keine Sorge! Ab sofort gibt es die Möglichkeit, die vertiefende Einführung in Pilates an nur ein oder zwei Tagen zu erleben..
11.01.25 - 18.01.25	Detox Retreat		Endlich ist es an der Zeit, sich selbst und seinen Körper in den Fokus zu rücken. Gepflegt, revitalisiert und auf allen Ebenen gestärkt, werden Sie sich selbst in einem neuen Licht erleben. Erleben Sie das pure Glück des Lebens neu!
19.01.25 - 22.01.25	One Day Retreat / Two Day Retreat		Ein Tag, um die kleinen Freuden zu zelebrieren, die oft in den Hintergrund rücken. Tauche ein in erfrischende Übungen oder entdecke die zeitlose Welt des klassischen Pilates. Gönn dir eine wohltuende Massage und lass die Seele baumeln!
25.01.25 - 01.02.25	Genuss Retreat		Entdecke die faszinierende Herkunft deiner Lieblingsgenüsse wie Kaffee und Schokolade und erlerne die Kunst, sie selbst herzustellen. Genieße tägliche Pilates- und Yogatrainings sowie inspirierende Kochkurse, die dir neue Energie und Freude schenken!

DATE	RETREAT	02.2025	
04.02.25 - 07.02.25	One Day Retreat / Two Day Retreat		Gönn dir eine erfrischende Pause vom Reisen oder dem Alltag – oder entdecke einfach mal etwas Neues. Dieser Tag hält für dich ein vielfältiges Erlebnis bereit
08.02.25 - 15.02.25	Pilates meets Free Floating Aerial Yoga mit Claudia Lederer (DE)		Erlebe die Leichtigkeit des Aerial Yoga und spüre, wie die Schwerkraft in den Hintergrund tritt. Lass dich von Claudias 20 Jahren Erfahrung inspirieren und genieße das Gefühl grenzenloser Freiheit.
DATE	RETREAT	03.2025	
01.03.25 - 08.03.25	Klarheit Retreat		Du erkennst den Wald vor lauter Bäumen nicht? Lass dich von unserem Pilates- und Yoga-training, einer natürlichen Ernährung und der „Erfolgsformel“ leiten. Finde Klarheit über deine Vision und entdecke das volle Potenzial, das in dir steckt.
11.03.25 - 14.03.25	One Day Retreat / Two Day Retreat		Ein Tag scheint oft zu kurz, eine Woche hingegen zu lang. Doch keine Sorge! Ab sofort gibt es die Möglichkeit, die vertiefende Einführung in Pilates an nur ein oder zwei Tagen zu erleben.
23.03.25 - 06.04..25	Frauenpower, Costa Rica Motorrad Tour		Erlebe eine unvergessliche Motorrad Reise durch die faszinierende Landschaft Mittelamerikas mit unserem exklusiven 15-tägigen „Ladies on Tour“-Programm. Dieses Angebot richtet sich speziell an Frauen, die auf der Suche nach Abenteuer sind und eine tiefere Verbindung zu Körper und Geist anstreben.



Retreat Kalender Pandanus 2025

DATE	RETREAT	04.2025 - 05.2025	DATE	RETREAT	11.2025
25.04.25 - 02.05.25	Springflow Art Retreat mit Tina Nitschke (DE)	 <p>Lass deine Energie und Kreativität sprudeln, während du dich mit der Natur verbindest. Ergünde dein wahres Ich und entdecke die inneren Themen, die in dir schlummern. Finde vielfältige künstlerische und kreative Ausdrucksformen, um deine Gedanken und Gefühle lebendig werden zu lassen.</p>	01.11.25 - 08.11.25	Pilates meets Free Floating Aerial Yoga mit Claudia Lederer (DE)	 <p>Erlebe die Leichtigkeit des Aerial Yoga und spüre, wie die Schwerkraft in den Hintergrund tritt. Lass dich von Claudias 20 Jahren Erfahrung inspirieren und genieße das Gefühl grenzenloser Freiheit.</p>
04.05.25 - 11.05.25	Adventure Retreat	 <p>Erlebe unvergessliche Wanderungen zu versteckten Wasserfällen oder stürze dich in aufregende Abenteuer wie Ziplines, Quad-Touren und Pferdetouren. Hier kannst du neue Energie tanken, deinen Mut entdecken und die Freiheit in vollen Zügen genießen.</p>	08.11.25 - 15.11.25	Adventure Retreat	 <p>Erlebe unvergessliche Wanderungen zu versteckten Wasserfällen oder stürze dich in aufregende Abenteuer wie Ziplines, Quad-Touren und Pferdetouren. Hier kannst du neue Energie tanken, deinen Mut entdecken und die Freiheit in vollen Zügen genießen.</p>
13.05.25 - 16.05.25	One Day Retreat / Two Day Retreat	 <p>Ein Tag, um die kleinen Freuden zu zelebrieren, die oft in den Hintergrund rücken. Tauche ein in erfrischende Übungen oder entdecke die zeitlose Welt des klassischen Pilates. Gönn dir eine wohltuende Massage und lass die Seele baumeln</p>	18.11.25 - 21.11.25	One Day Retreat / Two Day Retreat	 <p>Gönn dir eine erfrischende Pause vom Reisen oder dem Alltag – oder entdecke einfach mal etwas Neues. Dieser Tag hält für dich ein vielfältiges Erlebnis bereit: von spannenden Momenten bis hin zu aufregenden Abenteuern.</p>
17.05.25 - 24.05.25	Klarheit Retreat	 <p>Du erkennst den Wald vor lauter Bäumen nicht? Lass dich von unserem Pilates- und Yoga-training, einer natürlichen Ernährung und der „Erfolgsformel“ leiten. Finde Klarheit über deine Vision und entdecke das volle Potenzial, das in dir steckt.</p>	22.11.25 - 29.11.25	Detox Retreat	 <p>Endlich ist es an der Zeit, sich selbst und seinen Körper in den Fokus zu rücken. Gepflegt, revitalisiert und auf allen Ebenen gestärkt, werden Sie sich selbst in einem neuen Licht erleben. Erleben Sie das pure Glück des Lebens neu!</p>



Retreat Kalender Pandanus 2025/2026

DATE	RETREAT		12.2025
06.12.25 - 09.12.25	One Day Retreat / Two Day Retreat		Ein Tag scheint oft zu kurz, eine Woche hingegen zu lang. Doch keine Sorge! Ab sofort gibt es die Möglichkeit, die vertiefende Einführung in Pilates an nur ein oder zwei Tagen zu erleben.
11.12.25 - 14.12.25	One Day Retreat / Two Day Retreat		Gönn dir eine erfrischende Pause vom Reisen oder dem Alltag – oder entdecke einfach mal etwas Neues. Dieser Tag hält für dich ein vielfältiges Erlebnis bereit: von entspannenden Momenten bis hin zu aufregenden Abenteuern.
16.12.25 - 19.12.25	One Day Retreat / Two Day Retreat		Ein Tag, um die kleinen Freuden zu zelebrieren, die oft in den Hintergrund rücken. Tauche ein in erfrischende Übungen oder entdecke die zeitlose Welt des klassischen Pilates. Gönn dir eine wohltuende Massage und lass die Seele baumeln, während du die bezaubernde Natur am Pool in vollen Zügen genießt.
20.12.25 - 27.12.25	Genuss Retreat		Entdecke die faszinierende Herkunft deiner Lieblingsgenüsse wie Kaffee und Schokolade und erlerne die Kunst, sie selbst herzustellen. Genieße tägliche Pilates- und Yogatrainings sowie inspirierende Kochkurse, die dir neue Energie und Freude schenken!

DATE	RETREAT		01.2026
03.01.2026 - 10.01.26	Klarheit Retreat		Du erkennst den Wald vor lauter Bäumen nicht? Lass dich von unserem Pilates- und Yoga-training, einer natürlichen Ernährung und der „Erfolgsformel“ leiten. Finde Klarheit über deine Vision und entdecke das volle Potenzial, das in dir steckt.
12.01.26 - 15.01.26	One Day Retreat / Two Day Retreat		Ein Tag scheint oft zu kurz, eine Woche hingegen zu lang. Doch keine Sorge! Ab sofort gibt es die Möglichkeit, die vertiefende Einführung in Pilates an nur ein oder zwei Tagen zu erleben..
17.01.26 - 24.01.26	Detox Retreat		Endlich ist es an der Zeit, sich selbst und seinen Körper in den Fokus zu rücken. Gepflegt, revitalisiert und auf allen Ebenen gestärkt, werden Sie sich selbst in einem neuen Licht erleben. Erleben Sie das pure Glück des Lebens neu!
DATE	RETREAT		02.2026
31.01.26 - 07.02.26	Adventure Retreat		Erlebe unvergessliche Wanderungen zu versteckten Wasserfällen oder stürze dich in aufregende Abenteuer wie Ziplines, Quad-Touren und Pferdetoern. Hier kannst du neue Energie tanken, deinen Mut entdecken und die Freiheit in vollen Zügen genießen.
19.02.26 - 22.02.26	One Day Retreat / Two Day Retreat		Gönn dir eine erfrischende Pause vom Reisen oder dem Alltag – oder entdecke einfach mal etwas Neues. Dieser Tag hält für dich ein vielfältiges Erlebnis bereit