

Feeling Joy Retreat

Freude und Leichtigkeit finden, fühlen & erleben



22. bis 27. September 2025
in Süditalien mit Franziska Driendl & Janina Reich

Erfahre (wieder) Leichtigkeit und Freude – und nimm' sie mit nach Hause! Beim Feeling Joy Retreat in Süditalien findest du viel Zeit und Raum dich mit allen Sinnen, bewusst und ganz für dich persönlich, Genuss, Fröhlichkeit und innerem Frieden zu widmen.

To retreat bedeutet wortwörtlich: sich zurückziehen. Und so hast du bei Feel Joy die Gelegenheit durch Rückzug und Innenkehr, wieder in Kontakt mit dir und deiner inneren Freude zu kommen.

Es erwarten dich täglich schöne Aktionen, Praktiken und Ausflüge, um dein Herz zum Hüpfen zu bringen. Neben Yoga inkl. Mantra, Breathwork und Meditation, wird es Embodiment Sessions, Naturbaden, Zeremonien, Tanz und Kreativprojekte sowie natürlich Zeit für Dolce Vita geben – eben alles, was dir helfen kann, dich lebendig und frei zu fühlen.

Unsere private Unterkunft, die denkmalgeschützte Masseria Specula in Süditalien (San Pedro In Bevagna), bietet dir absolute Ruhe und ein tolles, nachhaltiges Konzept. Die ganze Finca steht unserer Gruppe exklusiv zu Verfügung – hier kannst du dich also komplett fallen lassen und neu ausrichten.

Janina und Franzi sind erfahrene Retreat-Leiterinnen, die bereits auch mehrfach gemeinsame Reisen, unter anderem auf Mallorca, durchgeführt haben. Sei dabei und gönne dir diese unvergessliche Auszeit voller Leichtigkeit und Freude!

Ablauf des Retreats:

Wir wollen uns möglichst viel Freiraum erhalten, um deinen Prozess zu mehr Leichtigkeit zu unterstützen. So wird es eine kleine Gruppe sein und auch – bis auf die Mahlzeiten – keine verbindlichen Zeiten geben. Wir garantieren dir insgesamt mindestens sieben Sessions (Dauer je 60 – 90 Minuten).

Kosten:

Inkludiert sind neben dem Programm 5 Übernachtungen im Zweier- oder Dreier-Zimmer, täglich ausgiebiger Brunch und 4 x Dinner aus regionalem, nachhaltigem und biologischem Anbau, sowie Snacks, Wasser und Tee.

Nicht inkludiert: Flug nach Brindisi (alternativ Bari), Flughafentransfers, Dolce Vita-Ausflug und anschließendes Dinner.

Preis pro Person im Doppelzimmer: **1.749,- Euro**

Early-Bird-Preis (bei Buchung bis 31.12.2024): 1.699,- Euro

Preis pro Person im Dreier-Zimmer: **1.599,- Euro**

Early-Bird-Preis (bei Buchung bis 31.12.2024): 1.549,- Euro

Wichtige Hinweise:

- **Anreise** ist am Montag, 22. September 2025 ab 14.00 Uhr möglich, bitte triff' bis spätestens 17.00 Uhr ein.
- **Check-out** ist am Samstag, 27. September 2025 bis spätestens 11.00 Uhr.
- **Flughafentransfers** zu/ab Unterkunft können wir gern für dich organisieren und auch zwischen den Teilnehmer*innen vermitteln, sodass wir „Fahrgemeinschaften“ bilden und die Transferkosten teilen können!

Tipp: Plane doch einen Tag früher zum entspannten Ankommen ein oder bleibe einen Tag länger, zum Beispiel in der wunderschönen Hafenstadt Brindisi!