

reset & flow
with us

YOGA RETREAT

14. - 19. APRIL 2026 | BARCELONA

THE VIEW



Nur du &
dein Flow

TAUCH EIN IN
BEWEGUNG,
VERBINDUNG &
ECHTE ERHOLUNG

THE VIBE



Limited Spots

SICHERE DIR JETZT
DEINEN PLATZ!

FEEL THE FIRE. EMBRACE THE STILLNESS. RESET YOUR RHYTHM.

reset & flow

YOGA | POWER. FLOW. RESET

MIND. 2 YOGA SESSIONS/TAG

Inside Flow

VINYASA WIRD ZUR
CHOREOGRAFIE –
FLIESSEND IM RHYTHMUS
DER MUSIK

Power Flow

VINYASA FLOW AUS
KRAFT & LEICHTIGKEIT -
DYNAMISCH, KRAFTVOLL,
MEDITATIV



OUTDOOR



INDOOR

Dein Mix aus Energie & Tiefe

reset & flow

YOGA | POWER. FLOW. RESET

MIND. 2 YOGA SESSIONS/TAG

Yin Yoga

SANFTES LOSLASSEN,
STILLE & REGENERATION

Specials

ASANA SPOTLIGHT –
FEINTUNING FÜR DEINE
TECHNIK & WORKOUTS –
FÜR KRAFT & STABILITÄT



ENJOY



WORKOUT

Genau das, was du brauchst

reset & flow

NATUR. WELLNESS. BALANCE

Zeit zum Sein

- WANDERN DURCH WÄLDER & HÜGEL
- POOL MIT AUSSICHT
- SAUNA FÜR ENTSPANNUNG
- GYM FÜR ALLE, DIE MEHR WOLLEN
- TAGESAUSFLUG NACH BARCELONA AUF ANFRAGE

REST



MOVEMENT



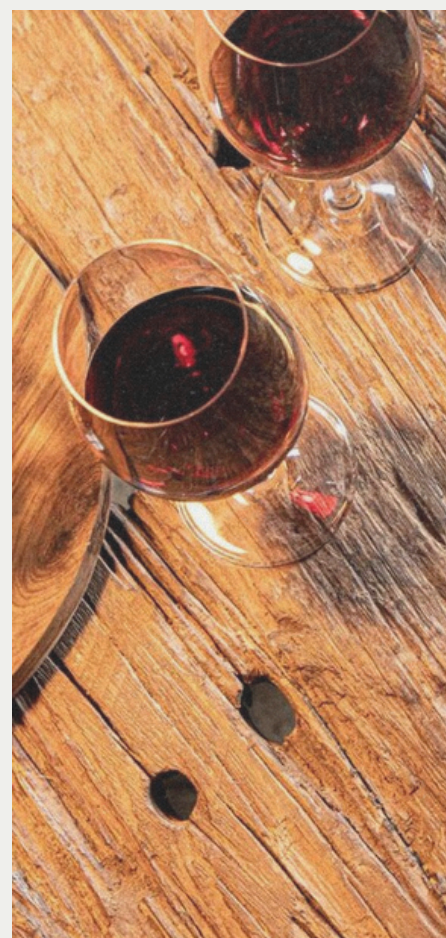
Du entscheidest - Bewegung oder Stille

reset & flow

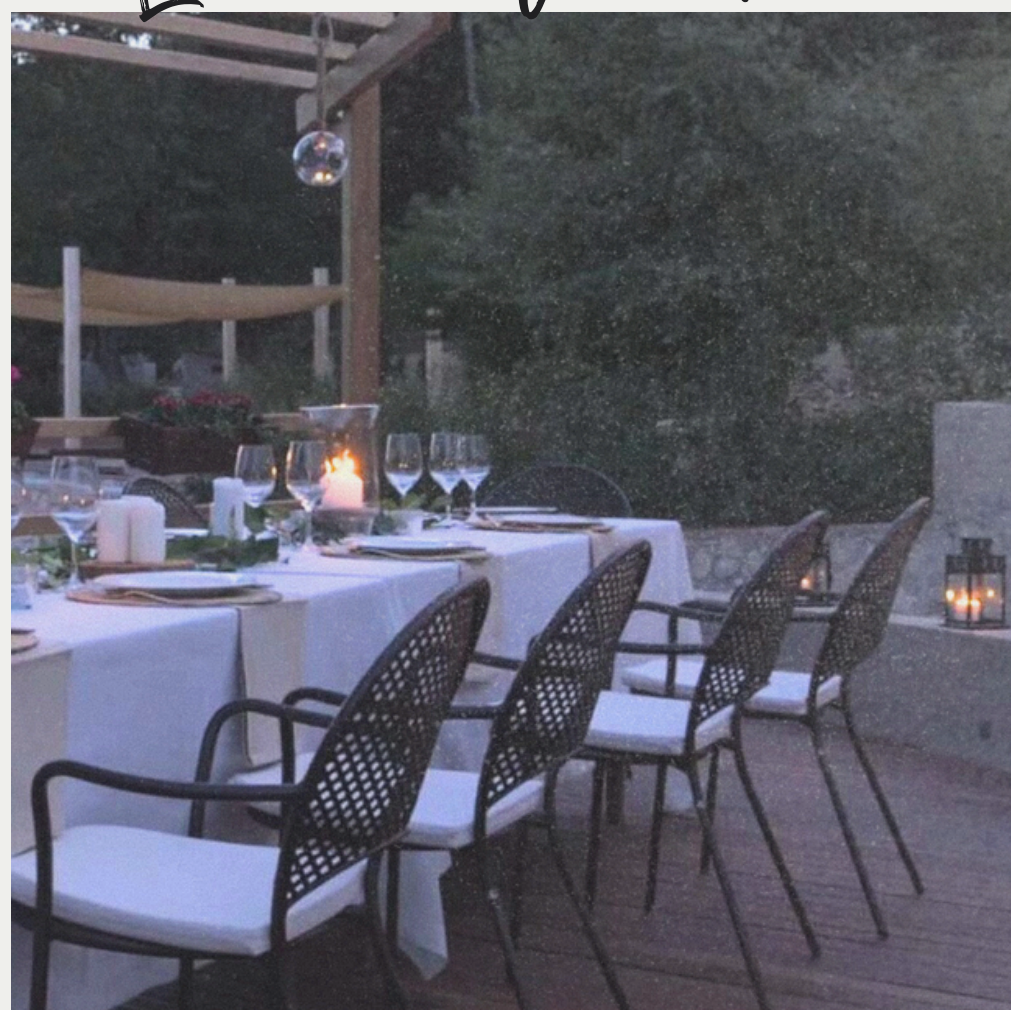
UNTERKUNFT & ESSEN

Exklusiv für uns...

- MODERNE, GEMÜTLICHE ZIMMER – MIT EIGENEM BAD
- GARTEN MIT LIEBEVOLL GESTALTETEN RÜCKZUGSORTEN
- VOLLVERPFLEGUNG MIT FRISCHER, VEGETARISCHER KÜCHE
- GETRÄNKE & SNACKS DEN GANZEN TAG



Ankommen. Loslassen. Wohlfühlen.



CAN VITAL BARCELONA

UNSER VIBE | DEIN RESET

Wir glauben an echte Pausen

- EINE AUSZEIT, DIE DICH STÄRKT
- RAUM FÜR VERBINDUNG & FÜR DICH ALLEIN
- FLIESSEN, SCHWITZEN, LACHEN, ATMEN
- STILL WERDEN, LOSLASSEN, AUFTANKEN



Laura

ICH BIN LAURA – GRÜNDERIN VON HONEY.MOVES, YOGALEHRERIN & EINFACH EIN MENSCH, DER BEWEGUNG LIEBT.

WAS MICH WIRKLICH BERÜHRT, SIND MOMENTE, IN DENEN DU GANZ BEI DIR ANKOMMST – IM KÖRPER, IM ATEM, IM GEFÜHL.

INSIDE FLOW IST FÜR MICH GENAU DAS: EIN RAUM, IN DEM MUSIK, EMOTION & BEWEGUNG ZU ETWAS ECHTEM WERDEN.

MIT LEICHTIGKEIT, TIEFE & GANZ VIEL HERZ.



Denise

MEINE WURZELN LIEGEN IM TANZ – BEWEGUNG WAR SCHON IMMER MEIN AUSDRUCK. IM YOGA HABE ICH KRAFT, RUHE & KLARHEIT GEFUNDEN.

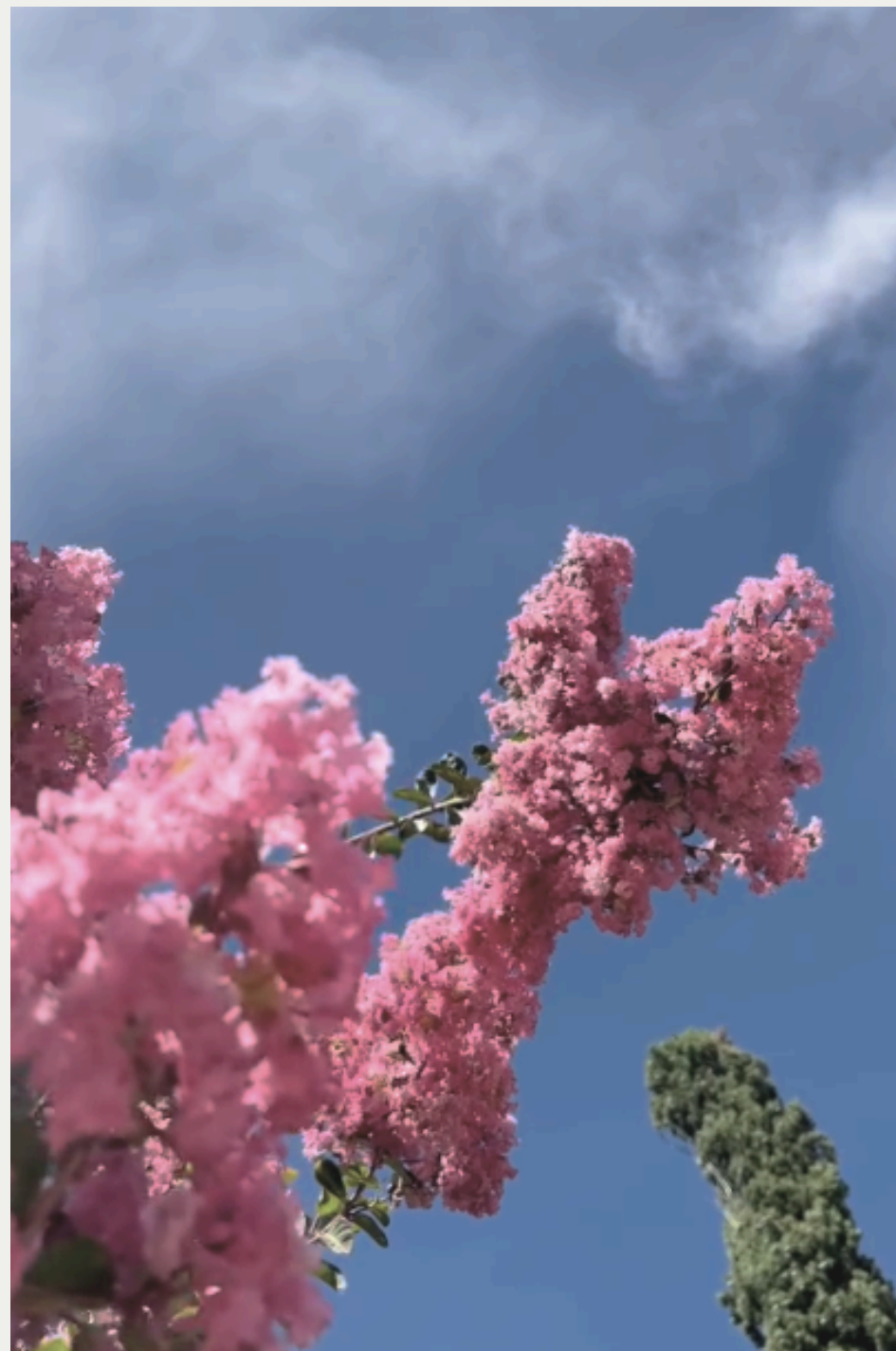
ICH UNTERRICHTE KRAFTVOLLES VINYASA, ENTSPANNENDES YIN & KURZE MEDITATIONEN – UM DICH ZURÜCK ZU DIR ZU BRINGEN & ÜBER DICH HINAUSZUWACHSEN.

YOGA IST FÜR MICH EIN RAUM, IN DEM DU DICH SPÜRST, FORDERST & NEU ENTDECKST - IM INNEN WIE IM AUSSEN.

HOW TO GET HERE

It's easy...

- FLUG NACH BARCELONA (BCN)
- NUR 50 MIN. FAHRT DURCH DAS KATALANISCHE HINTERLAND – TRANSFER (AUF ANFRAGE) | UBER/BOLT (CA. 25–50€ P.P.)
- ANKOMMEN IN CAN VITAL – REGION ALT PENEDEÈS



ALLES WAS DU BRAUCHST

Inklusive

YOGA & AKTIVITÄTEN

- TÄGLICHE YOGA-SESSIONS: INSIDE FLOW, POWER YOGA, VINYASA YOGA, YIN YOGA
- MEDITATIONEN
- ASANA SPOTLIGHTS & KLEINE SPECIALS
- WANDERAUSFLUG IN DER UMGEBUNG
- POOLPARTY

UNTERKUNFT & VERPFLEGUNG

- 5 NÄCHTE IM STILVOLLEN CAN VITAL
- VEGETARISCHE VOLLVERPFLEGUNG: FRÜHSTÜCK, LUNCH, DINNER
- GETRÄNKE & SNACKS TAGSÜBER FREI VERFÜGBAR

WELLNESS & ENTSPANNUNG

- NUTZUNG VON POOL, SAUNA, RUHERAUM & GYM
- YOGARAUM INNEN & PLATTFORM MIT AUSBLICK
- YOGA-EQUIPMENT VOR ORT: MATTEN, BLÖCKE, BOLSTER ETC.

Nicht inklusive

- ANREISE (FLUG, TRANSFER)
- ZUSÄTZLICHE GETRÄNKE ODER SNACKS AUSSERHALB DER VERPFLEGUNG
- MASSAGEN ODER PRIVATE SESSIONS (AUF ANFRAGE BUCHBAR)
- PERSÖNLICHE AUSGABEN (Z.B. EXTERNE AUSFLÜGE)



PREISE & BUCHUNG

Zahlungsbedingungen

DOPPELZIMMER PRO PERSON:
1.690 €

EINZELZIMMER:
1.890 €

DIE PLÄTZE SIND BEGRENZT – WIR EMPFEHLEN
EINE FRÜHZEITIGE ANMELDUNG.

ZAHLUNG IN RATEN? KEIN PROBLEM.
300€ BEI BUCHUNG – DEN REST NACH
ABSPRACHE.

WIR SENDEN DIR GERN DIE ZAHLUNGSDATEN
ZU.

Stornobedingungen

- BIS 30.11.25: 50% STORNOGEBÜHR
- AB 01.12.25: 90% STORNOGEBÜHR

ES SEI DENN, DU FINDEST EINE ERSATZPERSON.

DAS RETREAT FINDET AB EINER BESTIMMTEN
MINDESTANZAHL STATT. FALLS ES NICHT
ZUSTANDE KOMMT, BEKOMMST DU DEIN GELD
NATÜRLICH ZURÜCK.



reset & flow

DEIN PLATZ WARTET

Du fühlst es?

WIR FREUEN UNS RIESIG, WENN DU TEIL DIESES RETREATS WIRST.



DU MÖCHTEST DIR DEINEN PLATZ SICHERN ODER HAST NOCH FRAGEN?

MELDE DICH BEI UNS – WIR FREUEN UNS, VON DIR ZU HÖREN!

LAURA & DENISE

Let's flow. Let's reset. Together.