

Journey to Inner JOY

Elevate your Spirit

IBIZA

31 August – 07 Septembrie 2025



Cristina Nedelcu

Ibiza - O Destinație Magica!

Ibiza este cunoscută nu doar pentru atmosfera vibrantă și viața de noapte, ci și pentru peisajele sale naturale spectaculoase și energia sa spirituală. Această insulă mediteraneană atrage călători din întreaga lume, oferind o combinație perfectă între relaxare, distracție și reconectare cu sinele.

Locația Noastră?

Retreat-ul se desfășoară într-o locație de vis, situată în Sant Josep de sa Talaia, una dintre cele mai frumoase și liniștite zone din Ibiza. Această regiune este înconjurată de dealuri acoperite de pini, plaje ascunse și ape cristaline, fiind ideală pentru cei care caută un refugiu departe de agitația cotidiană. Am ales această locație datorită echilibrului perfect pe care îl oferă între intimitatea naturală și accesul facil la cele mai vibrante atracții ale insulei. La doar câteva minute de plaje spectaculoase precum Cala Comte, Cala d'Hort și Ses Salines, vei avea ocazia să te relaxezi în peisaje de poveste și să explorezi frumusețea sălbatică a insulei. De asemenea, locația este aproape de viața de noapte faimoasă a Ibitzei. Vom putea vizita cluburi renumite precum Pacha, Amnesia și Ushuaia, oferindu-ne șansa de a simți energia vibrantă a insulei și de a dansa sub cerul înstelat.

Pe lângă acestea, plănuim o excursie la Formentera, o insulă vecină, pentru o experiență completă a Mediteranei.



Cristina Nedelcu

ON
Cristina Nedelcu



De Ce Am Ales Această Locație?

Această locație a fost selectată special pentru a oferi un cadru perfect de reconectare și transformare. Peisajul natural inspirator ne invită să ne relaxăm, să ne regăsim pacea interioară și să ne deconectăm de la stresul cotidian.

În același timp, energia vibrantă a insulei ne va ajuta să explorăm bucuria, să ne deschidem inima și să ne exprimăm libertatea prin dans și petreceri. Fie că preferi liniștea plajelor ascunse sau energia din cluburile faimoase, această locație îți va oferi ambele experiențe – o combinație ideală între relaxare și celebrare.

Am ales o vilă de lux situată în regiunea Sant Josep datorită confortului și facilităților pe care le oferă. Vila dispune de șapte camere duble, fiecare cu baie proprie, asigurând intimitate pentru toți participanții. Spațiul comun pentru dining și zona de barbecue sunt perfecte pentru serile de relaxare, iar piscina exterioară generoasă completează experiența de vacanță.

Această locație oferă nu doar confort, ci și un cadru ideal pentru a ne conecta cu natura și cu noi înșine.





CM
Cristina Nedelcu

Ce Vom Face în Retreat?

- **Sesiuni de Yoga** – Zilnic vom începe dimineața cu practici de yoga, menite să ne relaxeze, să ne centreze și să ne deschidă inima către bucurie.
- **Workshop-uri de Transformare Interioară** – Acest workshop ne va ghida către descoperirea bucuriei din interiorul nostru. Vom învăța cum să ne conectăm la inimă și cum să manifestăm această bucurie în fiecare aspect al vieții noastre. Prin meditație, tehnici de respirație și reflecție, ne vom transforma perspectiva și energia personală.
- **Excursii și explorări** – Vom avea parte de excursii pe plajele de vis ale Ibitzei și o zi întreagă dedicată descoperirii insulei Formentera. Vom crea conexiuni autentice cu natura și cu ceilalți participanți, într-o atmosferă de relaxare și împărtășire.
- **Seara de Dans** – Vom încorpora și momente de celebrare, oferindu-ne oportunitatea de a dansa, de a ne bucura de muzică și de a trăi energia unică a insulei. Vom vizita cluburi renumite și ne vom lăsa purtați de ritmurile ce definesc spiritul liber al Ibitzei.
- **Transformare și Bucurie** - Scopul acestui retreat este să te ajute să te conectezi la inima ta și să aduci în viața ta bucuria autentică pe care o vei descoperi în acest spațiu. Vom crea împreună un mediu sigur și susținător, unde fiecare participant va avea șansa să se redescopere, să se transforme și să-și îmbrățișeze autenticitatea. Într-o atmosferă de acceptare și deschidere, vei învăța cum să te conectezi profund la sinele tău interior și cum să te exprimi cu libertate și bucurie.



ON
Cristina Nedelcu



Profesor

Cristina Simona Nedelcu, un ghid pasionat al retreat-urilor, cu peste 16 ani de experiență în industria de fitness și wellness.

"De-a lungul anilor, am organizat retreat-uri de succes care au ajutat participanții să se desprindă de cotidian și să se reconecteze cu sinele lor interior. Prin practicile de yoga și tehnicile de respirație, am descoperit cum ne putem regăsi calmul, claritatea și puterea interioară."

Fiecare retreat este o oportunitate de a ne hrăni nu doar trupul, ci și sufletul, prin practicile de yoga, meditație și workshop-uri de transformare interioară, participanții sunt îndemnați să descopere bucuria din inima lor și să o manifeste în viața lor de zi cu zi.

"Scopul meu este să creez un spațiu sigur și inspirațional, unde fiecare individ să se simtă sprijinit și încurajat să exploreze cele mai profunde colțuri ale ființei lor. Mâncarea, soarele, marea și compania plăcută sunt doar câteva dintre elementele care transformă aceste retreat-uri în experiențe unice și memorabile.

Lucrez cu inima și pasiune pentru a oferi participanților nu doar un refugiu temporar, ci și instrumente practice pentru a aduce mai multă bucurie și claritate în viața lor. "

Echos de la retreat-urile anterioare

Iuliana:

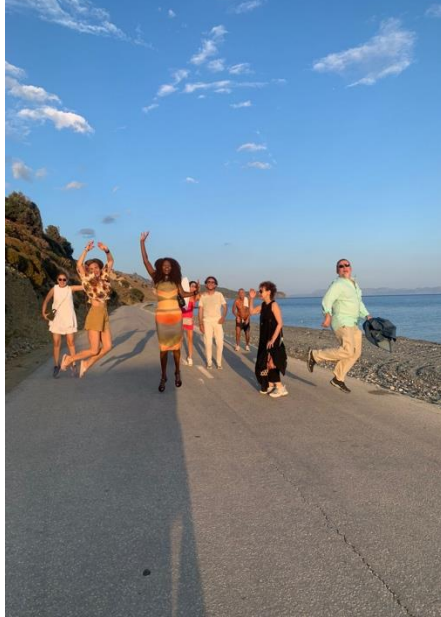
Dragă mea, Cristina Simona 😊, ideea ta cu acest retreat a fost genială. Am venit cu mare plăcere, cu tot sufletul, și m-am bucurat pe deplin de timpul minunat petrecut aici și de insula asta atât de frumoasă. M-am încărcat cu energie pozitivă, m-am conectat cu sinele meu și cu universul prin practicile pe care tu le-ai făcut cu noi. M-am conectat cu niște oameni frumoși, minunați, am râs, ne-am distrat, a fost ca o vacanță doar a noastră. Te felicit pentru ceea ce ești și tot ceea ce faci și îți mulțumesc.

Namaste!"



Teodora:

"Nici nu știu de unde să încep! Cea mai tare experiență pe care am trăit-o în cei 29 de ani de viață. Am cunoscut oameni frumoși de la care am avut ce să învăț, am parcurs fiecare activitate de yoga care se simte extraordinar pe o saltea cu cerul deasupra ta, am dansat până la epuizare și mi-am așternut gândurile într-un jurnal care m-a eliberat. Totul a fost planificat în detaliu de către Cristina (cea mai mișto 🧘 profă!) și asta m-a ajutat să elimin orice moleculă de stres. S-a râs tare și ne-am creat cele mai surprinzătoare amintiri! Credeți-mă! Vă doriți o experiență de genul, e unică! Ceea ce oferă Cristina este respect, disciplină, echilibru, distracție și iubire față de sine! Namaste 🙏💙💜!"



Livia și Răzvan:

“Dragă Cristina, în mod neașteptat ne-am trezit într-o experiență inedită pe care ai reușit să o faci pentru noi excepțională. Te îmbrățișăm!”



Leya:

“Wow, what a retreat! Mulțumesc din suflet pentru această săptămână magică cu un grup minunat. M-am simțit foarte bine alături de vecinii mei, unici și frumoși. M-am relaxat, am uitat de telefon și de parola de la laptop :). M-am bucurat de fiecare loc vizitat, de fiecare antrenament, chiar și de cele șase surii anămsări de vineri, 30 iunie. Felicitări, mă bucur că am ales să vin cu tine în Technology Detox Retreat. We will always have Samothraki! Când e următorul retreat? Când, când, când? Te îmbrățișez cu drag!”


Cristina Nedelcu

Costul Retreat-ului în Ibiza

Ce este inclus în cost:

- Sesiunile zilnice de Yoga
- Workshop-ul de transformare interioară
- Transfer dus-întors de la aeroport la cazare (vilă)
- Excursie cu barca
- Mic dejun zilnic
- Loc în camera dublă

Ce nu este inclus:

- Biletul de avion
- Deplasările de la vilă pentru excursii și explorări
- Activități opționale
- Intrările la cluburi și restaurante
- Prânzul și cina



Xmas Discount: 01 Noiembrie-22 Decembrie 2024

1750 Euro

Early Bird: 01 Ianuarie- 30 Aprilie

1850 Euro

Full Price: 01 Mai- 31 Iulie

2050 Euro

Rezervări:

Email: contact@cristinanedelcu.com

Telefon: 0768332750



Cristina Nedelcu