



Es muss nicht immer Hawaii sein, auch an der rauen Küste Irlands kann man surfen – und sich beim Yoga entspannend biegen

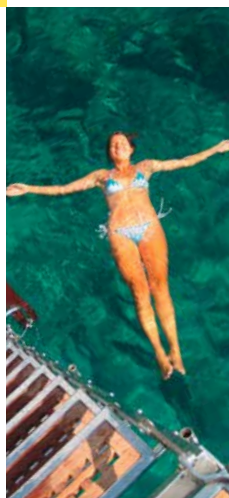


## Ein Ritt auf der Yoga-Welle DRIFTWOOD TRAVELLING

Meditieren, Yoga – und dann ab in die Brandung! Ausgleichende Entspannung und aufregendes Wellenreiten – das Glücksrezept für jeden Surfer. Der Veranstalter Driftwood Travelling bietet diese Kombination für Irland (Foto links), Spanien und Costa Rica an. Die drei Gründer, selbst begeisterte Surfer, suchten jahrelang nach der perfekten Welle-Wellness-Kombi – vergeblich. Also machen sie es jetzt selbst. Ihre Reisephilosophie: Spaß in der Gruppe, dabei sportlich aktiv sein – und sich trotzdem auf sich selbst besinnen. Klingt, als wären Flauten hier ausgeschlossen!  
**DZ ab 1049 Euro pro Woche,**  
[driftwood-travelling.com](http://driftwood-travelling.com)

## Griß mir die Sonne an Deck! YOGACRUISE

Yoga ahoi, wir segeln dem Alltag jetzt einfach mal davon! Die Yoga-Fans Kathja und Sven haben dafür ihre Karrieren als Fotografin und Manager an den Nagel gehängt – seit 2008 verwöhnen sie ihre Gäste an der türkischen Mittelmeerküste. An Bord beginnt der Tag mit einem Sonnengruß – und sonnig geht's weiter. Mittlerweile gehören zwei Boote zur Flotte: der Motorsegler Atlantis (zehn Kabinen) und der De-luxe-Dreimaster Admiral (16 Kabinen). Morgens und abends gibt es eine Yoga-Einheit – die ist auch für Anfänger gut geeignet. Tagsüber schippert man von Bucht zu Bucht, immer gaaanz entspannt. Die Plätze an Bord sind heiß begehrt, also schnell schon für 2016 schauen oder sich auf die Warteliste setzen lassen! Es gibt vier verschiedene Routen, Start der Reise ist in Finike oder Fethiye.  
**1 Woche mit Vollpension ab 980 Euro,**  
[yogacruise.net](http://yogacruise.net)



Nach der Yoga-Session einfach mal im Bikini im Mittelmeer abtauchen ...



Ganz schön, ganz still: Hier kommt man ganz entspannt zur Ruhe, garantiert



## Handys? Zutritt verboten! VANA MALSI ESTATE, DEHRADUN IN INDIEN

Mangos und Litschis im Garten, Indoor-, Outdoor- und Watsu-Pool (so eine Art Shiatsu unter Wasser), Meditationsräume, Tennisplätze. Na, wie klingt das? Das Vana Malsi Estate ist ein High-End-Wellness-Retreat mit 66 Zimmern und 16 Suiten, das sich um den kompletten Menschen kümmert. Eine Mischung aus Ayurveda, Yoga, Spa, Fitness und natürlichen Therapien steht zur Verfügung. Vana heißt Wald, und die Natur spielt bei dem abgelegenen Anwesen, das gerne auch als *contemporary ashram* bezeichnet wird, eine große Rolle: simples, hochwertiges Design und nachhaltige Materialien. Selbst die edle Bettwäsche und die Kurta-Pyjamas sind aus ökologischem Anbau. Kurz: ein luxuriöser Zufluchtsort für alle, die sich nicht nur von der Welt da draußen, sondern auch von der digitalen für eine Weile zurückziehen wollen.  
**Einzelzimmer ab 500 Euro,**  
[vanaretreats.com](http://vanaretreats.com)