

# RETREATS

2023 med Lua Lua

## Retreat 4-7 maj

retreatet afholdes af luna og maj  
der er kommet et afbud derfor er der en  
enkelt plads tilbage. Det finder sted i  
vorupør Thy.

3x overnatninger

1 x efter surf sauna

3 x morgen yoga og meditation

3 x aften easy yoga og meditation

2 x surf lektioner med alt inkluderet.

1 x NADA & cupping behandling med afspænding

Vi skal dagligt arbejde med vores inderside,  
igennem ansigtslæsning, drømme arbejde og  
traditionel kinesisk forståelse af krop og sind.

Alle måltider er inkluderet og vi vil løbene tilføje  
små skønne oplevelser alt efter vind og vejr.



Pris 4100 kr.  
mulighed for betaling i rater

## Retreat 2-4 juni

lua lua mimi retreat  
smukt samarbejde med momi universe

Retreatet afholdes af luna og Sif i Vorupør i Thy.

2 x overnatninger

1 x efter surf sauna

2 x morgen stræk og meditation

2 x aften stræk og meditation

2 x surf lektioner med alt inkluderet.

1 x NADA & cupping behandling med afspænding

retreatet er tilegnet mødre der gerne vil gå på  
opdagelse i eget forældreskab. Hvordan er vi  
omsorgsfulde overfor os selv og hvordan vi giver slip i  
kontrollen og hengiver os mere til nuet i forældre  
skabet. og ser hverdagens små magiske øjeblikke, det  
lærer vores børn os. Så vi lever bevidst og er  
autentiske over for os selv og vores børn.

Det engelske ord er reparation og det er lige hvad vi  
skal .



Pris 4200 kr  
mulighed betaling i rater



# mystery lua lua woman retreat

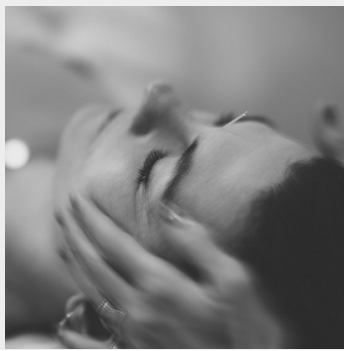
## luksus retreat

**Dette retreat bliver ren kvinde magi. vi skal dykke dybt ned i den feminine energi, hvor der ligger så meget dybde, visdom, mange af os har lukket ned for. Til dels fordi samfundet ikke tilegner disse egenskaber værdi.**

**Vi skal selvfølgelig surfe og lege i vandet. Vi skal meditere og arbejde med vores dan tien, vores nederste chakraer i kroppen. Vand elementet lever her i vores krop og vi skal styrke og opbygge energi her, og træne det og udforske når vi surfer.**

**Der vil være akupunktur, sauna, meditationer og vi kommer til at lukke op for Pandoras æske med den lækreste feminine eliksir. Med Vesterhavet som baghave.**

**Det bliver et meget dybt og magisk retreat og i kommer til at kunne bruge redskaberne i får under opholdet, til at bevæge jer i livet fra jeres mest autentiske sted. Og så er det både powerfuldt og vildt sjovt at lege med denne energi sammen med en gruppe kvinder.**



**OBS: retreatet er kun med Luna og der vil derfor ikke være yoga. Retreat datoer er ikke fastlagt, med det bliver fra fredag eftermiddag - søndag eftermiddag. Opholdet bliver mere luksus, end tidligere. hvor vi bor på mini hotel og spiser på små lokale spisesteder. skriv hvis du vil have mere info om dette. Det vil komme i løbet af februar.**

**Pris vejledende 5500 kr. mulighed for rate betaling. alt er inkluderet i prisen**

@lualua.waves  
www.marialunabruun.dk

# In bloom *Lua lua* retreat



22- 24 september

**retreatet afholdes af luna og maj i vorupør Thy.**

**2 x overnatninger  
1 x efter surf sauna  
2 x morgen yoga og meditation  
2 x aften yoga og meditation  
2 x surf lektioner med alt inkluderet.  
1 x NADA & cupping behandling med afspænding**

**Vi skal dagligt arbejde med vores inderside, igennem ansigtslæsning, drømme arbejde og traditionel kinesisk forståelse af krop og sind. Der bliver mulighed for akupunktur og cupping, for at bevæge og styrke energien i kroppen. Vi kommer til arbejde med timing og tappe ind i den energi der hører til sen sommeren. En årstid der ofte bliver overset fordi den ligger imellem sommer og efterår. Vi kommer til at bruge naturen aktivt i energi arbejdet både fysisk og mentalt.**

**Alle måltider er inkluderet og vi har lokale økogarde vi arbejder med, omkring de råvarer vi bruger til maden. det er den perfekte årstid til dette.**

**Pris 4100  
mulighed for ratebetaling**

