

AFSTAND
V.A. UTRECHT
1493
km

Linda's favorieten

Ook zin in zo'n bijzondere week? Deze en andere wellnessreizen boek je bij Happy Soul Travel van Monique Jansse. Je slaapt in een tuinbungalow (vanaf € 840) of kamer (vanaf € 900). De prijs is incl. 7 overnachtingen, maaltijden en yogalessen. Flair-lezeressen krijgen bij boeking (o.v.v. Flair) een massage van 20 minuten én een *Sunset Mountain*-cd met fijne Ibiza yoga-tunes cadeau. Happysoultravel.nl

mijmer wat, maak af en toe aantekeningen in mijn opschrijfboekje en realiseer me dat ik me in tijden niet zo goed heb gevoeld. Uitgerust, gezond, energiek en vooral: rustig in mijn hoofd.

HET LEVEN NA IBIZA

Na twee weken thuis besef ik steeds meer hoe bijzonder het was; een veilige haven. Een plek waar alles goed is zoals het is. Waar je kunt kletsen en lachen, uitgaan als je wilt, maar je ook in jezelf kunt keren. Waar je je kunt opladen en geaccepteerd wordt zoals je bent. Een magische berg op een eiland in de Middellandse Zee. Het zijn de mensen die daarvoor zorgen: de lieve Susana die elke dag het ontbijt klaarzet, Xavier en Dana die koken en yogadocenten Esther en Lena. Ook onderling hebben ze het leuk, dat voel je.

En wat betreft mijn zorgen over wifi? Dat is er gewoon. Een paar uur na aankomst besloot ik het Esther voorzichtig te vragen: 'Zijn er regels over laptops?' Esther lachte hartelijk: 'Nee hoor, we love Facebook and the internet!' Het gekke was: ik kreeg er in de loop van de week steeds minder behoefte aan. Mijn opdrachtgevers moesten maar even wachten. In mijn afwezigheidsmelder zette ik: 'Sorry, ik ben er niet. Yoga aan het doen op Ibiza.'

- 14** Na drie uur intensieve yoga lonkt het zwembad. **15** Sunset Ashram bij het strandje Cala Comte. **16** Lekker vegetarisch eten met de hele groep. **17** Shoptip in Santa Gertrudis de Fruiteria: Es Cucons.

DROOMSTRAND

Van de strandjes vlak bij het retreat is Cala Codolar mijn favoriet. Er is een no-nonsense beachbarretje met plastic tafeltjes en stoeltjes.



OOST, WEST, NOORD BEST

Mis het noorden van Ibiza niet! Ga snorkelen en zwemmen bij Cala Xúcla (het restaurantje hier is een van de tips van yogadocent Lena).



EET-JUWEELTJE

Chiringuito de Sa Punta is een restaurantje op de rotsen waar je vis eet met uitzicht op Ibiza-stad. Vraag naar de route in het retreat!

MEESTERLIJKE MASSAGE

Een massage van Sebastián (vraag ernaar via Lena of Esther). Hij heeft een achtergrond in osteopathie, Chinese geneeskunde en moderne dans. Elke massage is daardoor uniek.



FACTS & FIGURES

Hoe kom je er? Ibiza is ook een heerlijke bestemming in najaar en winter, in november is het er gemiddeld 19 graden. Transavia vliegt buiten het hoogseizoen twee keer per week van Eindhoven rechtstreeks op Ibiza. Retourprijs vanaf € 110. Transavia.com
Vervoer ter plekke Een huurauto is erg handig om

naar een van de vele strandjes in de omgeving van het retreat te gaan, een bezoek te brengen aan Ibiza-stad of om de baaitjes en stille dorpen in het noorden van het eiland te ontdekken. Wij kozen voor Sunny Cars. Je huurt al een auto (all inclusive) vanaf € 125 per week. Kijk voor tarieven en beschikbaarheid op Sunnycars.nl



TEKST & FOTOGRAFIE: LINDA VAN DE PAVOORDT; PORTRAIT: LINDA (YOGAI); NANDESJKA REUNIS; ILLUSTRATIE: ASIA PIETRZYK.

Linda Golubev-de Pee: 'Door ziekte in mijn omgeving waardeer ik mijn eigen gezonde lijf steeds meer.'

Annemieke Reinders: 'Lange vingers, lange nagels: mijn handen zijn heel sierlijk.'