

Retreat

YOGA & FOOD



Zeeland, NL - zomer 2026

27 t/m 30 augustus 2026

- 4 dagen, 3 nachten
- Prachtig farmhouse in Zeeland
- 2 x per dag yoga in de yogastudio of op het strand
- 3 x per dag een verse, uitgebreide maaltijd
- Onbeperkt snacks, fruit & drinken
- Wandelingen in de natuur
- 10 minuten lopen naar het strand
- Inspirerende workshop(s)

IG @luaretreats



LUA

RETREATS

eenvoud
yoga & meditatie
goed eten
bewustzijn
in de natuur



Wat is Lua Retreats?

Lua betekent maan in het Portugees. De maan staat symbool voor vrouwelijke energie, rust, intuïtie en verbinding met de natuur. Met Lua Retreats willen wij, Dewy en Lotte, een plek creëren waar je uit de doe-modus stapt en even helemaal ontzorgd wordt. Een plek om stil te staan.

Met yoga, meditatie en ademhaling helpt Lotte je uit je hoofd te stappen en in je lichaam te zakken. Twee keer per dag kun je aansluiten bij haar yogales.

Na de yogales schuif je aan voor een voedsaam ontbijt of uitgebreid diner. Tussendoor geniet je van een lichte lunch in buffetvorm en huisgemaakte snacks die je zelf kunt pakken. Alle maaltijden zijn vegetarisch en geïnspireerd op de mediterrane keuken. Wil je een goed glas wijn bij het diner? Dan schenken we die voor je in. Liever een huisgemaakte citroenlimo? Ook goed! Niets moet, alles mag - is ons motto.



Wie zijn wij?

Wij zijn Dewy en Lotte en samen hosten wij Lua Retreats. Naast de liefde die we met elkaar delen, hebben wij ook een gedeelde liefde voor verbinden en ontzorgen. Al jaren kregen we de vraag wanneer we een B&B gaan openen of retreats gaan organiseren - en dit jaar is het zover gekomen!

In maart 2026 hebben we onze eerste editie georganiseerd in Portugal, wat zo'n succes was dat we dit in oktober 2026 en in maart 2027 weer gaan doen. Vanuit dit succes ontstond ook de wens voor een Nederlandse editie. Na een tijdje zoeken naar een geschikte locatie, hebben we die nu gevonden.

Lua Retreats is een droom die uitkomt en we kijken ernaar uit je deze zomer te ontvangen in het prachtige Zeeland!

In- en uitchecktijden

Donderdag 27 augustus, vanaf 16:00 inchecken
Start retreat met rondleiding en kennismaking

Zondag 30 augustus om 12:00 uitchecken
Afsluiten met een uitgebreide brunch om 10:30



Voorbeelddag

Ochtend

- 8:00 Actieve yoga in de yogastudio of op het strand
- 9:30 Uitgebreid ontbijt
- 11:00 Ochtendactiviteit of workshop. Denk aan een uitgestippelde wandeling, ademwerk, cacao-ceremonie of kookworkshop

Middag

- 13:30 Lunch (buffetvorm)
- 14:00 vrije tijd: wandelen, lezen, naar het strand, massage

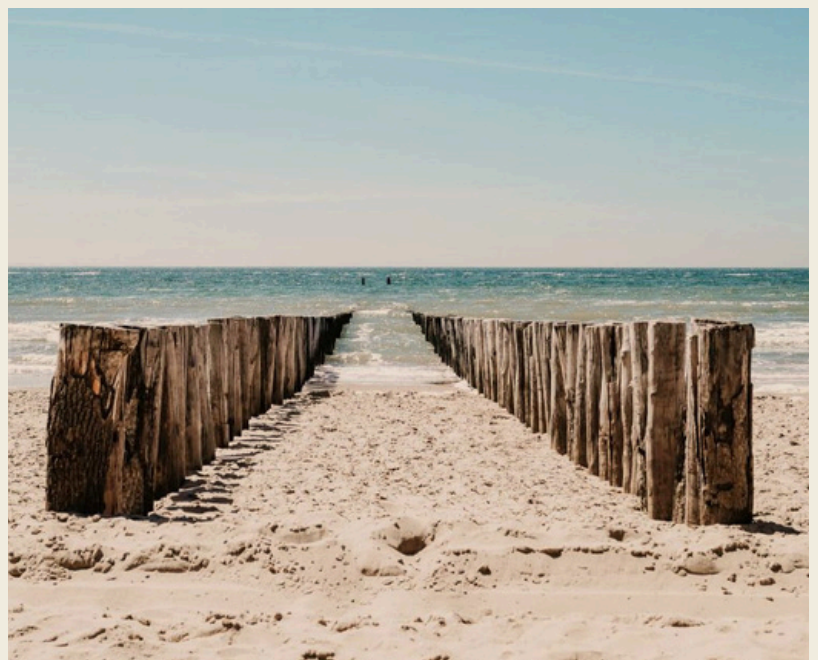
Avond

- 17:30 Ontspannen yoga: Restorative, Yin Yoga, Slow Flow
- 19:00 Uitgebreid diner - natafelen of moment voor jezelf



Waar je verblijft: YogaBee Farmhouse – Domburg, Zeeland (NL)

- Midden in de natuur van Zeeland
- Slechts 10 minuten lopen naar het rustige strand
- Ruime yogastudio met uitzicht op het weiland
- 5 ruime en sfeervolle slaapkamers
- Veel plekken om je terug te trekken én om samen te komen



Waar je slaapt

Optie 1: 2-persoons gedeelde kamer met ensuite-badkamer - €795 p.p.

- Je deelt de slaapkamer met één iemand
- In de kamer staan twee 1-persoons bedden, apart van elkaar
- Handdoeken en bedlinnen zijn inclusief
- En-suite badkamer, deze deel je met je enkel met je kamergenoot

Optie 2: 2-persoons gedeelde kamer met 4-persoons badkamer - €695 p.p.

- Je deelt de slaapkamer met één iemand
- In de kamer staan twee 1-persoons bedden, apart van elkaar
- Handdoeken en bedlinnen zijn inclusief
- Gedeelde badkamer met 1 andere kamer (4 personen in totaal) - wel 2 extra losse toiletten in het huis

Wil je liever een privékamer?

Vraag ons naar de mogelijkheden, we denken graag met je mee!



Wat anderen zeggen over Lua Retreats

★★★★★ ⓘ 2 dagen geleden

Lotte en Dewy hebben een warme, veilige en liefdevolle sfeer gecreëerd waarin je echt even uit de dagelijkse drukte kunt stappen.

De combinatie van yoga, meditatie en inspirerende workshops zorgt ervoor dat je niet alleen ontspant, maar ook echt weer in verbinding komt met jezelf. Alles is met zoveel aandacht en zorg georganiseerd, je merkt dat dit retreat met heel veel passie en intentie is neergezet.

Maar eigenlijk is het eten alleen al genoeg om dit te boeken! Heerlijke, verse en kleurrijke maaltijden en overheerlijke snackjes. Ik droom nog steeds over de matcha balletjes 🥰 je wordt volledig ontzorgd en hoeft alleen maar te zijn en te genieten.

Ik ben met zoveel rust, energie en inspiratie naar huis gegaan. Dit retreat is echt een cadeautje voor jezelf, ik kom heel graag nog een keer terug! ✨

★★★★★ ⓘ 2 dagen geleden

Een retreat wat ik elke vrouw gun! Ik ben tot rust gekomen op een prachtige plek in Portugal. Verzorgd worden met heerlijk eten van Dewy, fijne yogasessies van Lotte en inzichten van Michelle en dat met een mooie groep vrouwen die het beste in elkaar naar boven halen. Wauw! Ik had dit niet willen missen en kom zeker nog een keertje terug. 🌙🍊

★★★★★ ⓘ 2 dagen geleden

Wat heb ik genoten!!!!

Echt duizend maal dank aan Dewy en Lotte voor de organisatie. De rust en liefde die tijdens het retreat te voelen was, was precies wat ik nodig had. Het is heel inspirerend om samen met andere vrouwen te kunnen genieten, ontspannen en verbinden. Het eten smaakte zoo ongelooflijk heerlijk. Ik ben er helemaal jaloers op, en ga vol plezier weer zelf aan de slag in de keuken.

De workshops waar je uit kon kiezen gaven nog een diepere laag aan het retreat. Tijdens de verschillende soorten yoga van Lotte heb ik intens kunnen genieten. Meiden super bedankt voor alles. 🥰

★★★★★ ⓘ 2 dagen geleden

Het waren 5 heerlijke dagen. Er was gedurende de dagen veel te doen maar ik voelde de ruimte om te doen waar ik zin in had. Een yoga les op het strand, de workshops in de dome met prachtig uitzicht, een hike langs de Portugese kust en de fijne groep vrouwen die mee waren waren voor mij de hoogtepunten. Het was allemaal super geregeld! Ook het eten verdient 5 sterren. Alles super vers en met veel liefde bereid. Een absolute aanrader! Het is dat er maar 5 sterren te geven zijn maar eigenlijk verdient het meer.

Wat is inclusief?

- 3 x een overnachting bij YogaBee Farmhouse
- 2 x per dag yoga
- 3 x per dag een versbereide maaltijd
- Onbeperkt snacks, fruit en drinken in het huis
- 1 à 2 x een inspirerende workshop/sessie
- Uitgestippelde wandeling
- Lua Retreats goodiebag

Wat is exclusief?

- Vervoer van en naar YogaBee Farmhouse
- Extra's zoals: een massage, 1:1 breathworksessie, 1:1 reikisessie o.i.d.



Enthousiast geworden?

Stuur ons een bericht om een plek te reserveren. Liever een eigen kamer of in termijnen betalen? Wij denken graag met je mee!

