

Retreat

Y O G A & F O O D



Voorjaarseditie 2026

3 t/m 7 maart 2026

- 2 x per dag yoga op het strand of in de yogadome, inclusief ademwerk en meditatie
- 3 x per dag een verse, uitgebreide maaltijd
- Onbeperkt snacks, fruit & drinken
- Hikes langs de prachtige kliffen van Burgau
- 10 minuten lopen naar het strand
- 1 à 2 workshops op het gebied van systemisch werk en/of ademwerk, gegeven door professionals

IG @luaretreats



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 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 in de yogadome of op het strand.

Drie keer per dag schuif je aan bij Dewy voor een voedzaam ontbijt, kleurrijke lunch en uitgebreid diner. Tussendoor kun je huisgemaakte snacks pakken. Wil je een goed glas wijn bij het diner? Dan schenken we die voor je in. Niets moet, alles mag!



Wie zijn wij?

Wij zijn Dewy en Lotte en samen hosten wij Lua Retreats. Onze liefde voor Portugal ontstond kort na onze liefde voor elkaar. Onze eerste vakantie samen was in de Algarve en al snel wisten we: hier gaan we nog heel vaak terugkomen of misschien zelfs wonen.

We delen een passie voor mensen samenbrengen, verbinden en ontzorgen. Al jaren krijgen we dan ook de vraag wanneer we een B&B gaan openen of retreats gaan organiseren – en nu is het zover!

Het ontstaan van Lua Retreats is een droom die uitkomt en we kijken er naar uit je te ontvangen op onze allereerste editie.

In- en uitscheektijden

Dinsdag 3 maart om 20:00 inchecken

Start retreat met rondleiding, welkomstdiner en kennismaking.

Zaterdag 7 maart om 10:00 uitschekken

Mogelijkheid om aan te schuiven voor het ontbijt op de locatie of indien je de ochtendvlucht naar huis neemt, een ontbijtpakketje mee te nemen voor onderweg.

Voorbeelddag

Ochtend

- 8:00 Morning Yoga Flow in de yogadome of op het strand
- 9:30 Uitgebreid ontbijt
- 11:00 Ochtendactiviteit of workshop. Denk aan een uitgestippelde hike langs de kliffen, ademwerk of keuzeopstelling.

Middag

- 14:00 Lunch
- 15:00 vrije tijd: wandelen, lezen, naar het strand

Avond

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



Waar je verblijft:

Honest Place, Burgau – Portugal

- Midden in de natuur van de Algarve, met uitzicht op bergen en zee.
- Slechts 10 minuten lopen naar het rustige strand van Cabanas Velhas.
- 10 meter zoutwaterbad met uitzicht, heerlijk verfrissend.
- Overdekte yogadome met bergzicht.
- 6 kamers, elk met eigen badkamer en directe buitenruimte.
- Veel plekken om je terug te trekken én om samen te komen.



Hoe je er komt

Vlieg rechtstreeks van Amsterdam naar Faro

Deze vluchten sluiten aan: (Transavia)

Dinsdag 3 maart 16:55 AMS-FARO

Zaterdag 7 maart 9:15 FARO-AMS

Vanuit Faro Airport is het 1 uur met de auto naar de locatie

Autohuur: Luz Car of Sunnycars
> heel goedkoop in maart

Taxi: Uber of Bolt-app

OV: Bus naar treinstation Faro – trein naar Lagos, vanaf Lagos neem je de bus of Taxi naar Honest Place



Waar je slaapt

Optie 1 – tweepersoons Shared Room met ensuite-badkamer – 785 euro p.p.

- 2 x 1-persoonsbed – dus aparte bedden en lakens
- Handdoeken en bedlinnen inclusief
- Direct toegang tot de tuin of het terras



Optie 2 – privékamer met ensuite-badkamer – 1395 euro p.p.

- Tweepersoonsbed – dus helemaal voor jou alleen
- Handdoeken en bedlinnen inclusief
- Direct toegang tot de tuin of het terras



Wat is inclusief?

- 3 x per dag een versbereide maaltijd
- onbeperkt snacks, fruit en drinken in de villa
- 4 x een overnachting bij Honest Place
- 2 x per dag yoga
- 1 à 2 x een inspirerende workshop/sessie door een professional
- Uitgestippelde hike
- Lua Retreats goodiebag

Wat is exclusief?

- Vlucht, van en naar Faro
- Vervoer van de luchthaven naar Honest Place, Burgau
- Extra's zoals: een surfles, massage of 1-op-1 keuzeopstelling 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!

