

FORMENTERA

RETREATS 2026

TCM DETOX
mit QI GONG

16. - 22. Mai
24. - 30. Mai
26. Sept. - 2. Oktober



TCM DETOX
mit YOGA

4. - 10. Oktober
WOMEN only



FORMENTERA

DER LUXUS DER EINFACHHEIT



Formentera. Einfach, entrückt und entspannt.

Eine kleine Insel im Mittelmeer, einige der schönsten Strände überhaupt, ein paar Landhäuser, Bars und alte Feigenbäume: Der Luxus der Einfachheit.

Die Zutaten für einen herrlich gesunden Urlaub:

Eine traditionelle Finca in Gehdistanz zum kristallklaren Meer, 100 % biologische TCM & DETOX Gerichte, entspannte Qi Gong Sessionen, perfektioniert mit 1,2.. 5 Behandlungen.

Der Tag beginnt mit Qi Gong unter dem riesigen Olivenbaum oder am Meer, auf der Yogamatte vor dem Haus und einem herrlichen, warmen Frühstück. Dann gibts Zeit für Dich selbst, zum Chillen, Genießen und Energie tanken, Schwimmen, Lesen, Rad fahren entlang der traumhaften Strände der Insel unterbrochen nur vom sonnigen Lunch, von Massagen, Akupunktur und Naturkosmetik.

MEINE TCM-DETOX KÜCHE AM MEER

LONGEVITY DETOX



Auch auf dieser Insel erwarten Dich täglich drei köstliche, biologische Detox Mahlzeiten: ein warmes TCM Frühstück, Sommergemüse & Salate gepimpt mit Superfoods und ein warmes, gemeinsames Abendessen.

Alle Gerichte sind frei von tierischem Eiweiss, Laktose, Gluten, Hefe, Soja (ein Schuss Tamari hier und dort ausgenommen) und raffinierten Süßungsmitteln aber voller mediterraner Aromen und köstlicher Zitrusnoten.

Die antike wie die moderne Medizin empfehlen ein bis zwei Entgiftungskuren pro Jahr. Deine TCM DETOX Kur unterstützt das natürliche Selbstreinigungssystem Deines Körpers, um gesund zu bleiben und **Alterungsprozesse zu bremsen und umzukehren.**

Freue Dich auf überzeugende Ergebnisse für Dein Energieniveau, Deinen Schlaf & Deinen Glow.

Gewinne Dein Strahlen zurück!



FORMENTERA 2026 TCM & DETOX RETREATS



PREISE

1.200 € Retreat *

TCM DETOX Retreat mit biologischer Vollpension & Programm

Doppelzimmer p.P – je nach Kategorie

Mai & Oktober

390 €, 460 €, 590 €, 660 € oder 700 €

September

420 €, 570 €, 610 €, 650 € oder 770 €

Einzelnutzung Doppelzimmer – je nach Kategorie

Mai & Oktober

500 €, 790 €, 890 €, 990 € oder 1.100 €

September

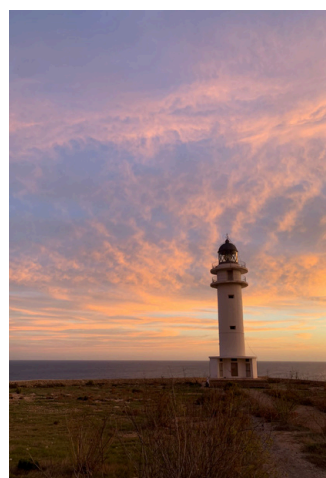
580 €, 870 €, 980 €, 1070 € oder 1.170 €

Die Zimmer der günstigeren Kategorie teilen sich ein Bad mit einem weiteren Zimmer oder sind kleiner als die Zimmer der höheren Kategorie.

***NEU - Frühbucherbonus - bei Buchung vor dem 31.12. 2025 sparst Du 100 €.**

LEISTUNGEN

- 7 Tage/6 Nächte auf unserer Finca 800 m vom Strand entfernt
- Biologische Vollpension mit 3 TCM & DETOX Mahlzeiten/Tag
- 1 x Buddha Bowl Take away
- Ganztägig energetisiertes Wasser und Bio Teebar mit TCM & Pukka Tees
- 1 Power of TCM-Detox Talk
- Viel Zeit für Dich & die Strände Formenteras
- 10 Qi Gong Sessionen oder
- WOMEN'S ONLY: 3 Yoga Sessionen
- WOMEN'S ONLY: 2 Surprise Sessionen
- WOMEN'S ONLY: Women's Detox Ritual
- Die Retreats finden in einer exklusiven Gruppengröße von 8 - 14 Personen statt.





ÜBER MICH: URSULA PEER

TCM DETOX Köchin & Retreat Organisatorin
Zertifizierte TCM Ernährungsberaterin, Autorin, Gründerin & Inhaberin von www.detoxmallorca.com www.ursulapeer.com

Als Wirtschafts- und Sportwissenschaftlerin wurde ich vor 30 Jahren mithilfe der TCM gesund und habe seitdem meine Leidenschaft in der Medizinküche gefunden. Ich kombiniere das alte Wissen der TCM mit einem Schuss Biohacking und verwöhne meine internationalen Gäste mit effektvoller Detox Küche. Ich lebe und koche seit 2009 auf Mallorca und serviere glutenfreie, milchfreie mediterrane BIO Küche, die ich mit Wildkräutern, Heilpilzen & Adaptogenen verfeinere.



UNSER QI GONG MEISTER THOMAS

Thomas ist Gründer und Inhaber von taichi-schule.at. Er ist ein Meister seines Fachs, der seit mehr als 30 Jahren mit Begeisterung bei der Sache ist – eine Begeisterung, die ansteckt. Spaß und Leichtigkeit in seinen Sessions sind garantiert. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich, Thomas' Unterricht ist zugleich für Einsteiger und erfahrene Qi Gong Schüler spannend und inspirierend.

ANREISE/ABREISE

Buche Deinen Flug nach Ibiza.
Vom Flughafen in Ibiza ist es ganz einfach mit dem Taxi oder der Buslinie L10 (alle 20 Min) zum Fährhafen zu fahren.
Vor Ort geh einfach zur "Estación Marítima Ibiza -Formentera", dem Fährterminal nach Formentera, wo 4 Fährunternehmen unzählige Angebote von 20 - 40 Minuten Dauer anbieten.
Buche einfach vor Ort das Ticket, das Dir gerade passt.
Sobald Du auf Formentera bist, lasse Dich von einem Taxi zu unserer Finca bringen (ca. 15 €).
Ich empfehle Dir dann einen Mietwagen zu buchen oder zu teilen, um viele Strände und kleine charmante Orte der Insel zu besuchen.

START/ENDE

Wir beginnen die Retreats mit dem Abendessen am Anreisetag und enden mit dem Frühstück am letzten Tag. Dein Zimmer ist am Tag der Anreise ab 16 Uhr zu beziehen.

Detaillierte Informationen werden 4 Wochen vor Reiseantritt verschickt. Unsere Telefonnummern, Reiseinformationen, die genaue Adresse und Koordinaten werden mitgeliefert, ebenso Empfehlungen, wie man sich am Besten auf das DETOX Retreat vorbereitet.

ANMELDUNG TCM DETOX RETREAT

- ☐ 16.05. – 22.05.2026 | Formentera
- ☐ 24.05. – 30.05.2026 | Formentera
- ☐ 26.09. – 02.10.2026 | Formentera
- ☐ 04.10. – 10.10.2026 | Formentera

Hiermit melde ich mich verbindlich für dieses Retreat an (bitte ankreuzen)

Vor & Nachname: _____

E-Mail: _____

Geburtsdatum: _____

Adresse: _____

Mobil Tel: _____

Zimmerwunsch (EZ / DZ mit wem?) _____

Preis: 1.200 € (1.100 € mit Frühbucherbonus bei Anmeldung bis zum 31.12.2025)

Für das Retreat mit Vollverpflegung, Zahlung an Ursula Peer mit Rechnung vorab.

Preise Unterkunft: laut Ausschreibung Doppelzimmer je nach Kategorie 390 – 790 € p.P., Einzelzimmer je nach Kategorie 500 – 1.200 € p.P., Zahlung direkt an die Finca, bar vor Ort. Zimmer der günstigeren Kategorie teilen sich ein Bad mit einem anderen Zimmer oder sind kleiner als die Zimmer der höheren Kategorie.

Ich buche hiermit einen Seminarplatz im oben genannten Retreat auf Formentera und reserviere ein Zimmer in der Finca, ich akzeptiere die oben genannten Bedingungen und unten genannten Stornobedingungen. Mit meiner Unterschrift erkläre ich mich damit einverstanden, dass meine oben genannten personenbezogenen Daten zum Zwecke der Planung verwendet werden.

Ort, Datum:

Unterschrift:

Stornobedingungen: Deine Anmeldung ist verbindlich. Sollte es aus gesundheitsspolitischen Gründen nicht möglich sein zu reisen oder das Retreat wie geplant abzuhalten, werden Dir die Retreatkosten zur Gänze rückerstattet. Die Veranstalter übernehmen keine Haftung für Flüge oder sonstige Aufwendungen von Kundenseite. Wenn Du aus anderen Gründen vor Beginn des Retreats stornierst, wird eine Bearbeitungsgebühr von 300 € erhoben. Bei einer Absage aus eigenen Gründen ab acht Wochen vor Retreatstart betragen die Stornogebühren 100%, es kann gerne kostenlos ein Ersatzteilnehmer genannt werden.

HERZLICH WILLKOMMEN!

Schön dass Du an Bord bist! Wir freuen uns sehr, dass Du eine Woche Deines Urlaubs mit uns verbringen möchtest. Bitte schicke Deine ausgefüllte und unterschriebene Anmeldung an
info@ursulapeer.com,
um den Platz Deiner Wahl verbindlich zu reservieren.