



FOTO: JD MARSTON

# Medveten lyx på Koh Samui

Tillbaks till Koh Samui och lyxiga sparesorten Kamalaya Wellness Sanctuary & Holistic Spa. Efter en vistelse här kan du i princip komma tillbaka som en helt ny människa efter att ha genomgått något av de professionella wellnessprogram som finns att välja på. Den som är ute efter en yogaupplevelse kan antingen välja ett personligt yogaprogram, ett gruppyogaretreat eller helt enkelt gå på någon av de yogaklasser som hålls varje dag. Ensamresenärer blir väl omhändertagna på Kamalaya och den som har en tuff tid bakom sig väljer med fördel wellnessprogrammet "Emotional Balance" som fokuserar på att utforska ens inre så att man kan komma stärkt ut på andra sidan. Även programmet "Stress & Burnout" borde tilltala den som är ute efter att skapa balans i livet, och finns i olika varianter som varar mellan tre och 14 nätter. Den som vill ta sin vistelse på Kamalaya till en helt ny nivå av lyx bokar med fördel in sig i en privat villa, komplett med egen yogasal och klipp-pool.



FOTO: JOHNNY MCGEORGE

## Yogaretreat på Koh Samui

Upplev yoga på magiskt vackra Koh Samui precis innan jul. Kamalaya erbjuder dig som vill utveckla din yogapraktik och möta nya upplevelser via yogan tillsammans med Simon Low, specialist på just Yin & Yang Yoga, möjlighet att delta i ett retreat där bland annat flödande vinyasa och yin- och yangyogapraktik med meditation står i centrum. Självklart finns även tillfälle att njuta och koppla av i de vackra tropiska omgivningarna, med tillgång till poolområde, strand och andra fysiska aktiviteter.

**NÄR:** 12-16 december 2019

**VAR:** Koh Samui, Thailand

**ARRANGÖR:** Kamalaya, kamalaya.com