

La Dolce Longa-Vita



Vm
VILLA
MARGARITA®
GOES
MALLORCA

21.-26.
SEPTEMBER
2025



Wilde Schönheit und medizinische Expertise



5 Tage für Deine Gesundheit und Longevity!

Einfach Zeit für Dich.

Aktive Bewegung mit Faszienpilates und Inside Flow Yoga – kombiniert mit entspanntem «Dolce Far Niente» im mediterranen Hausgarten, am Pool oder am Meer. Genau so fühlt sich das Leben in der Villa Margarita an.

Vor dem Retreat testen wir deine individuellen Bedürfnisse durch eine medizinische Laboranalyse und einen Check-up-Fragebogen in der Schweiz. Im Villa Margarita Setting erhältst du dann eine persönliche Beratung von einer Ärztin und zwei Apothekerinnen – inklusive deiner täglichen, massgeschneiderten Vitamin- und Mineralstoffmischung.

Mehr Energie, mehr Balance – inspiriert von Podcast-Episoden wie «Lolita Longavita» und «Wechsel-Jara»! Diesmal stehst DU im Mittelpunkt: Dein individuelles Hormon- und Mikronährstoffprogramm wartet auf dich.





FÜR WEN? Frauen und Männer jeden Alters, die sich eine Auszeit in mediterraner Umgebung gönnen und dabei ganzheitlich etwas für Körper, Geist und Seele tun möchten.



CAL REJET ist ein wunderschönes Anwesen in Mallorca (Santanyí liegt ca. 35 Min. vom Aeropuerto de Palma de Mallorca) spezialisiert auf exklusive Retreats. Ein Ort, an dem medizinische Expertise auf Schönheit und Inspiration trifft.

SICHERE DIR JETZT DEINEN PLATZ UND ERLEBE DEINE TRANSFORMATION.



5 ÜBERNACHTUNGEN Entspanne in einer ruhigen und heilenden Umgebung

5 PFLANZENBASIERTE BRUNCHES & 5 DINNERS Frisch, lokal

TÄGLICH 1-2 GEFÜHRTE AKTIVSESSIONS Yoga (Inside Flows) mit Diarra Diop (Frankfurt), Faszien-Pilates «Art of motion» mit Stefania Biondo (Bern), angepasst an dein Fitnesslevel

2 INDIVIDUELLE VILLA MARGARITA HORMON- UND MIKRONÄHRSTOFFTESTS durchgeführt in der Schweiz durch Laborpartner Medics in Bern, Hochdorf oder Mels

PERSONALISIERTE MIKRONÄHRSTOFFE basierend auf Deinen Laborwerten und körperlichen Bedürfnissen (Testdurchführung vor dem Retreat in der Schweiz)

1 INDIVIDUELLE VILLA MARGARITA KONSULTATION (60 MIN) IM GARTEN Mit Dr. Anja Wüest, Apothekerinnen Priska Christen & Jeannine Kohl – den Macherinnen des Villa Margarita Podcasts

MEDICAL INSPIRATION «LONGEVITY»: Hormone, Ernährung & Supplements, Blutzucker & Faszien-Faszination.

**2600.– CHF PRO PERSON IM DOPPELZIMMER
3100.– CHF PRO PERSON IM EINZELZIMMER**

Anzahlung: 600.– CHF (fällig bei Buchung) Nicht inbegriffen: Flüge, Transportkosten und Reiseversicherung. Die Anzahl Plätze ist limitiert.



OPTIONAL

- Massagen und Body Treatments vor Ort buchbar
- Bluzuckersensor
- Hammam
- Bootsausflug
- Einzelzimmer
- Profi-Photoshooting für deine Website, CV oder als Erinnerung.



MIT DEN SCHWEIZER EXPERTINNEN BEKANNT AUS DEM MEDIZINISCHEN PODCAST VILLA MARGARITA

Dr. Anja Wüest Gynäkologin

Priska Christen Apothekerin ETH

Jeannine Kohl Apothekerin ETH

Folge uns auf LinkedIn,
Instagram, Facebook und
www.villamargarita.swiss

suisse podcast awards

Gewinnerinnen in
der Kategorie
«Leben»

MEDIZINISCHE PARTNER

medics

vitaluce
apotheke versand gesundheit

TRAINERINNEN: Diarra Diop: Vollblut-Yogalehrerin aus Frankfurt unterrichtet Yoga seit mehr als 15 Jahren. Ihr Unterricht steht für urbanes Yoga, kreative Inside Flows, modernes Alignment www.diarradiop.de

Stefania Biondo: zeitgenössische Pilates-Lehrerin aus Bern: Kraft, Stabilität, Flexibilität. Für geschmeidige Faszien und eine bewusste Körperhaltung www.benesono.ch

