



### ***Spirit Yoga* Retreat mit Patricia Thielemann auf Sylt**

Keitum, Sylt, März 2020

Begleitet von den zwei erfahrenen *Spirit Yoga* Mentor-Lehrerinnen Lisa Stopik und Jacqueline Draheim-Frank bietet die bekannte Yogini Patricia Thielemann im Severin\*s Resort & Spa auf Sylt vom 25. bis 29. März ein umfangreiches Yoga- und Meditationsprogramm, welches dem Wesentlichen auf die Spur kommen will und innere Einkehr erlauben soll.

Die gebürtige Hamburgerin Patricia Thielemann arbeitete als Schauspielerin in den USA und entdeckte dort Yoga für sich. Sie absolvierte mehrere Ausbildungen in verschiedenen Yogastilen, aus denen sie ihre ganz eigene Richtung formte. Nach ihrer Rückkehr nach Deutschland gründete sie 2004 in Berlin ihr erstes Yoga-Studio *Spirit Yoga*. Heute gehört Spirit Yoga zu den größten Yoga-Schulen in Europa mit inzwischen rund 100 Mitarbeiter an drei Standorten in der Hauptstadt. Thielemann gilt als Pionierin eines aufgeklärten, zupackenden und strukturierten Stils, bei dem die alte Tradition des Yoga modern interpretiert wird.

Seit über einem Jahrzehnt prägt sie damit entscheidend die Identität von modernem Yoga im deutschsprachigen Raum. In dem über Jahre gewachsenen Stil fließen Patricias Sinn für das Außergewöhnliche, ihre Disziplin und ihr Feingefühl ein. Sie zeigt eindrucksvoll, dass eine reiche Yogatradition zusammen mit einer zeitgemäßen Herangehensweise den Menschen hilft, den herausfordernden modernen Alltag zu meistern. „Gestärkt, mit Kraft und Klarheit gehen die Teilnehmer meines Unterrichts nicht nur durch die Yogapraxis, sondern auch über die Türschwelle hinaus ins Leben,“ weiß Patricia Thielemann.

Zum Auszeit-Arrangement mit vier Übernachtungen sowie Frühstück und Abendmenü gehören an jedem Tag jeweils Yoga am Morgen und am Nachmittag sowie eine Abend-Meditation. Zwischen den Kursen bleibt natürlich noch genügend Zeit, um das exklusive Spa- und Wellnessangebot im großzügigen Severin\*s Spa zu genießen oder sich bei einem Spaziergang am Wattenmeer den Kopf freipusten zu lassen.

### **Über das Severin\*s Resort & Spa, Sylt**

Das Severin\*s Resort & Spa im idyllischen Kapitänsdorf Keitum liegt direkt am UNESCO Weltnaturerbe Norddeutsches Wattenmeer und wurde im Friesenhausstil mit typischem Reetdach gebaut. Die 62 Zimmer und Suiten, 22 Studios und Appartements sowie fünf Villen wurden vorwiegend in hellen Naturtönen und modernem Design gestaltet. Auf 2.000 qm erstreckt sich der Spa des Resorts mit Glas überdachtem Indoor-Pool, orientalischem Hamam, Kräuter- und Dampfsaunen, einer Sauna für Damen mit separatem Ruheraum, acht Behandlungsräumen, La Biothétique Hair Spa sowie einer privaten Spa-Suite.

Die Gastronomie des Luxusresorts ist gekennzeichnet durch echte Leidenschaft für die feine Sylter Küche. Gäste haben die Wahl zwischen Aromen aus aller Welt im legeren Abend-Restaurant Tipken´s mit seinem „Shared Dining“-Konzept oder den besten Produkten der Region im nordisch angehauchten Ambiente des Restaurants Hoog. Die Severin\*s Bar mit Kamin und Smoker´s-Lounge ist der ideale Ort, um nach einem Tag in der Natur zu entspannen. Der Weinkeller des Hauses wird für Weinproben und private Veranstaltungen geöffnet. Darüber hinaus verfügt das Haus über eine Bibliothek und mehrere Veranstaltungsräume für Meetings und Events. Für die kleinen Gäste gibt es einen Kids Club. Hunde sind im Resort ebenfalls herzlich willkommen.

Weitere Informationen unter: [www.severins-sylt.de](http://www.severins-sylt.de)

### **Pressekontakt**

PREsence in den Medien

Cristina Bastian/Rita Dittmer

Podbielskiallee 77

14195 Berlin

Tel: + 49 (0)30 859 60 850

Email: [cbastian@presence.net](mailto:cbastian@presence.net)/

[rdittmer@presence.net](mailto:rdittmer@presence.net)