From: **Ulla Steen** yoga@ullasteen.dk
Subject: [Test] Nytår på Møn
Date: 3 October 2026 at 16.59
To: yoga@ullasteen.dk



Yogastudio Flow
The essence of yoga



Nytårsretreat

“Det der var, bliver en del af det nye”

29. december 2026 - 1. januar 2027

Møn Retreat Center
Vollerupgade 2A
Askeby

Jeg har holdt nytårsretreats gennem mange år. Faktisk begyndte jeg allerede tilbage i midten af nullerne, og siden er det blevet til mange nytår, hvor vi sammen har sagt farvel til det gamle og budt det nye velkommen.

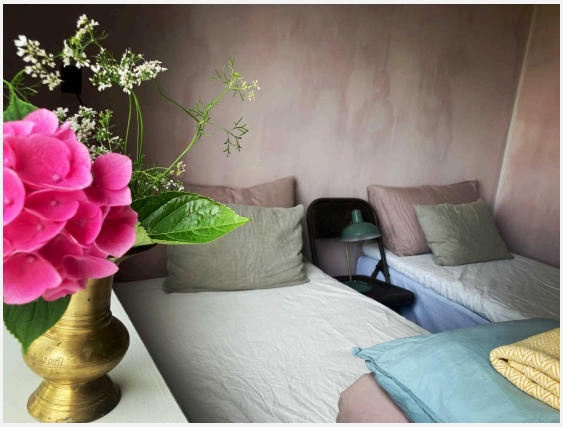
Mit seneste nytårsretreat var ved årsskiftet 2022/23. Siden har jeg holdt en pause fra netop denne tradition. Men i løbet af de fire år har jeg flere gange fået henvendelser fra tidligere deltagere, som har fortalt, at de savner vores nytår – og især det fællesskab og den helt særlige magi, der opstår, når man vælger at fejre nytåret på en lidt anden måde.

For selvfølgelig holder vi også fest - bare på vores egen måde. God mad, latter, samtaler, yoga, massage, meditation, chanting, gong og et fælles øjeblik, når året skifter. Der er plads til både fest og eftertanke – og til bare at være sammen.

Det er ikke, fordi der er noget galt med at feste igennem nytårsaften. Det kan bestemt også noget. Men jeg holder selv meget af den anden måde at gå ind i et nyt år på. At standse lidt op. Mærke efter. Se tilbage på året, der er gået, og måske blive lidt mere bevidst om, hvad man gerne vil tage med sig videre.

Derfor føles det også lidt som at vende hjem, når jeg nu igen inviterer til nytårsretreat.
Denne gang mødes vi på Møn Retreat Center, hvor vi har fire dage til yoga, natur, fordybelse, fællesskab og masser af tid til bare at være.

Og så er der Møn…







I august var jeg på tur til Møn med en veninde, hvor vi besøgte Møn Retreat Center i Askeby. Jeg blev virkelig glædeligt overrasket, da jeg så, hvor fint stedet er blevet. De nye ejere har lagt både kærlighed og knofedt i huset og har skabt et varmt og smukt sted med en helt særlig sans for farver, materialer og detaljer.

Der er højt til loftet, hyggelige fællesrum, en dejlig have og den fine yogasal, som hver gang har været vores fælles hjerte. Og så er der jo den åbne natur lige udenfor og havet ikke langt væk.

Jeg gik derfra med en varm fornemmelse af, at her kunne jeg godt tænke mig

at holde nytår igen.

Og sådan blev det. ❤️

Kærligst
Ulla

Du kan tilmelde dig og se programmet for Nytårsretreat på Møn her

---

View email in browser
Studio Flow · Bagergade 16 · Svendborg 5700 · Denmark
update your preferences or unsubscribe