

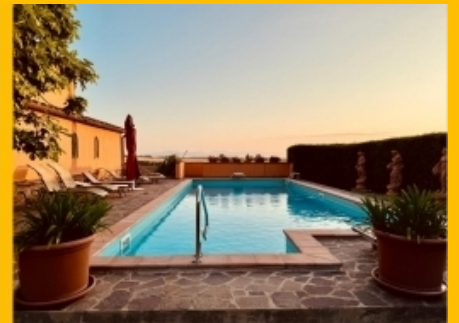
Niente

6-daags retreat Umbria, Italia
30 september – 5 oktober 2026



Niets hoeven, gewoon even helemaal niets. Geen werk, hoe leuk dat werk ook is. Geen zorg, hoe logisch dat ook voelt. Geen discipline, hoe gezond dat ook mag zijn. Gewoon even helemaal niets. Alleen maar aanhaken op ***il dolce far niente*** onder de Italiaanse zon!

Misschien kies je voor een verfrissende ochtendwandeling door de heuvels om dan in Villastrada van een heerlijke cappuccino of espresso te genieten, met view! Of je gaat mee lunchen in het mooie middeleeuwse stadje Castiglione del Lago om bij terugkomst het lezen van dat goeie boek af te wisselen met een plons in het zwembad.



In ***Villa Serena*** verblijf je op een relaxte, rustieke en romantische plek in Umbrië met de Apennijnen op de achtergrond. De villa heeft rondom terrassen waar je op elk moment van de dag een plek in de zon of schaduw kunt vinden en de stilte en rijkdom van de uitgestrekte natuur van Umbrië zult ervaren. Je hebt zicht op olijfbomen, de wijngaard en Lago Trasimeno.

Wellicht laat je je verleiden tot een wandeling tussen de zonnebloemen of ontstaat er ineens een spontaan gesprek met een zielsverwant. Villa Serena is een prachtplek waar je geheel wordt ontzorgd, de wijn van eigen druiven kunt drinken, lekker lang mag tafelen en helemaal tot jezelf kunt komen.

Oooh, die zoete lokroep van het niets hoeven en zoveel mogen!



Dit 6-daagse retreat ***Niente*** word je aangeboden door Linda Ruepert en José-Marie Veenhof. Linda heeft haar hart verpand aan la bella Italia en is er helemaal thuis. Zij zorgt ervoor dat het je aan niets zal ontbreken. José-Marie biedt ruim 20 jaar transformatieretreats aan en begeleidt jou, waar gewenst, op haar authentieke, directe en liefdevolle wijze. Want naast de ontspannende omgeving, een wijnproeverij en het overheerlijke Italiaanse eten kun je deze week ook nog kiezen voor andere voeding die het leven veraangenaamt: ademsessies, meditaties, zachtaardige bewegingsvormen als yin yoga en pilates, plus dans en zang, alles naar eigen wens.

Niente - voor ontspanning en een verrijkende ervaring

We verwelkomen je graag van woensdag 30 september t/m maandag 5 oktober 2026 in Villa Serena in Umbrië, Italië. De onderstaande tarieven zijn inclusief 5 nachten accommodatie, alle maaltijden, alle transfers in Italië plus deelname aan genoemde activiteiten, exclusief vliegreis, reis- en annuleringsverzekering. Voor de vliegreis van Rotterdam naar Perugia is het retourtarief circa € 300 (excl. ruimbagage).

€ 1550 pp voor een gedeelde 2 persoonskamer met eigen badkamer

€ 1650 pp voor een 1 persoonskamer met eigen badkamer

De kamerverdeling gaat op volgorde van aanmelding en aangegeven voorkeur. Leuk om te weten: elke gedeelde kamer, met losse bedden of een tweepersoonsbed, krijgt bij gelijktijdige aanmelding een korting van € 100 pp!

Voor vragen en aanmelding:

Linda Ruepert - lindaruepert@hotmail.com / 06-49967078

José-Marie Veenhof - info@centerforbeing.com / 06-48526005

Jouw boeking is definitief nadat we jouw compleet ingevulde aanmeldformulier en de aanbetaling hebben ontvangen. Alle benodigde informatie staat op dat formulier vermeld. De vliegreis reserveer je na een berichtje van ons dat het minimaal aantal van 4 deelnemers is bereikt. De maximale groepsgrootte beperken we bewust tot 8 à 10 deelnemers, afhankelijk van de kamerindeling.

We zien je graag onder de Italiaanse zon! Ciao, Linda & José-Marie