



NAMA *Stay*

CULTURAL YOGA TOURS

Kleingruppenreisen mit achtsamer Yoga-Praxis
und authentischer namibischer Kultur

Veranstaltet von

Anchor Adventures & RAUMWUNDERYOGA

LISTENING TO THE LAND

(YOGA) RETREAT IN NAMIBIA

11. - 20. FEBRUAR 2027

RAUM
WUNDER
YOGA

ANCHOR
ADVENTURES



Es gibt Orte, die sprechen. Nicht laut – sondern tief.

In der Weite Namibias wird Stille spürbar. Der Atem wird ruhiger. Der Blick weiter. Wir rollen unsere Matten im warmen Sand aus, bewegen uns in unserem ganz eigenen Rhythmus und lassen den Tag im goldenen Licht der untergehenden Sonne ausklingen. Dieses **Retreat verbindet kraftvolle Yoga-Praxis mit echter kultureller Begegnung**. Mit Gesprächen am Feuer, mit authentischer Musik, mit beeindruckenden und prägenden Geschichten. Mit Landschaften, die Demut schenken – und Klarheit.

Listening to the Land bedeutet, wieder zu hören, was im Alltag oft übertönt wird. **Atem der Wüste** heißt, Raum in dir entstehen zu lassen. **Echoes of Stillness** ist das, was bleibt, wenn alles Überflüssige leiser wird.

Kein Leistungsdruck. Kein Müssen.

Nur Präsenz, Natur und eine tiefe Rückverbindung zu dir selbst.

Ein Retreat für alle, die Weite suchen – außen wie innen.

WAS | WANN | WO

02.



ROADTRIP RETREAT

Deine Kleingruppenreise: 10 Tage, 10 Menschen. Unendlich viele Eindrücke.

YOGA | NATUR | KULTUR

Diese außergewöhnliche Gruppenreise kombiniert kulturelles Erleben mit tiefgehenden Begegnungen und Erlebnissen auf & außerhalb der Matte.

COME FOR YOGA - STAY FOR COMMUNITY

Übernachte während der gesamten Tour in Mehrbettzimmern (2 bis 4 Betten pro Zimmer/Glampingzelten).

AUTHENTISCHE KULTUR UND KÜCHE

Tauche während dieser Zeit in die Kultur Namibias ein. Gemeinsam bereiten wir traditionelle Speisen zu, genießen sie in entspannter Atmosphäre und teilen unsere Erfahrungen miteinander. So entsteht eine einmalige Reise, die dir einen tiefen Einblick in die Schönheit des Landes und seiner Menschen ermöglicht.

GOODIES & PROPS INKLUSIVE

Vorab schicken wir dir ein liebevoll gestaltetes Goodie Bad inklusive LUVIYO-Travelmat* und Wasserflasche zu. Yoga-Blöcke und Bolster warten vor Ort bereits auf dich!

MEET KATHI:

03.

Bereits **zum zweiten Mal** begleite ich als Yogalehrerin diese außergewöhnliche Reise und kann es kaum erwarten, in *“the land of wide open spaces”* zurückzukehren. Die Reise im Jahr 2024 hat so vieles in mir bewegt und ich bin unendlich dankbar für die **Erfahrungen, die ich machen durfte und die mich ein Leben lang begleiten werden**. Jetzt ist es soweit: eine neue Runde steht bevor und ich freue mich, dass DU dabei bist.

Mein **Yogaunterricht ist lebensahe und undogmatisch** - meine Stärke ist es vor allem, Menschen zueinander zu bringen und mit der Bildsprache, die ich beim Unterrichten nutze, einen Raum zu eröffnen, in dem du dich auf vielschichtige Weise **erspüren & erleben** darfst.

Ich trage die Gruppe durch meine täglichen Yogaeinheiten maßgeblich mit und stimme meine **Stundenbilder & Themen immer auf die jeweilige Szenerie und Stimmung ab**. Dein Interesse am Yoga & der Bewegung reichen vollkommen aus, um an diesem Retreat teilzunehmen - Yoga begleitet die Reise; im Vordergrund steht allerdings die Schönheit des Landes: der Natur, den Menschen und natürlich der Tierwelt!

In meinem Yogastudio in Leipzig fusioniere ich **Tradition und Moderne** - vor allem aber habe ich einen **Ort der Gemeinschaft** erschaffen: Come for Yoga - Stay for Community; und das trage ich nun mit nach Namibia !

RAUM
WUNDER
YOGA

NAMASTAY IN NAMIBIA

ANCHOR ADVENTURES

04.

Anchor Adventures Namibia wurde 2016 von mir, **Lubowski Kadila**, gegründet. Wir stehen für individuell gestaltete Reisen mit **Fokus auf authentische Begegnungen, namibische Kultur und echte Erlebnisse**. Wir gestalten Reisen nicht von der Stange, sondern gemeinsam mit unseren Gästen – **persönlich, flexibel und mit viel Liebe zum Detail**.

Unser Anspruch ist es, Namibia für alle interessierten Reisenden zugänglich zu machen und **persönliche Reiseträume Wirklichkeit werden zu lassen**. Dabei legen wir großen Wert auf lokale Begegnungen, kulturellen Austausch und die enge Zusammenarbeit mit namibischen Partnern.

Gleichzeitig engagieren wir uns **aktiv dafür, mehr Frauen im namibischen Tourismussektor zu fördern** und sichtbar zu machen. Unsere Angebote sind persönlich, abenteuerlich und auf die Bedürfnisse der Reisenden abgestimmt - von **Familienreisen, Single Travelers bis hin zu barrierefreien Reisen** machen wir Namibia für alle authentisch erlebbar.

Anders als klassische Pauschalangebote **stellen wir bei Anchor Adventures stets Menschen, Kultur und lokale Lebensweise in den Mittelpunkt** – ganz nach dem Motto *“for you, with you”*, also Reisen für dich und gemeinsam mit euch gestaltet.

Die **Yoga Retreats** bilden eine besondere Möglichkeit, die Erfahrungen der wundervollen **Namibischen Natur und Kultur mit Körper, Geist und Seele zu erleben**.

DIE ROUTE

05.

TAG 1/2 - SOSSUSVLEI

Wir starten in der **ältesten Wüste der Welt** mit einer Welcome-Ceremony, einem atemberaubenden *Dune Dinner* und Glamping-Flair. Wir genießen ein traumhaftes Glamping-Camp in der **Namib-Wüste** und erleben eine intensive Yoga-Praxis inmitten der Wüste und **300 Meter hohen Dünen!** Yoga in Deadvlei ist ein einzigartiges Erlebnis.

+ DUNE DINNER

TAG 3/4 - SWAKOPMUND

Die Gruppe wird zwei Tage an der Küste verbringen – dem einzigen Ort der Welt, an dem die **Wüste buchstäblich auf den Ozean trifft!**

Du verbringst deinen Aufenthalt in einem **malerischen Ferienhaus am Strand** und atemberaubendem Ausblick auf die Dünen. Am Morgen genießt ihr eine Fahrt zu Sandwich Harbour für wunderschöne **Wüstenmomente**. Am Abend gibt es einen “Braai” (Namibisch für BBQ) mit frischen Meeresfrüchten und lokalen Leckereien.

+ SANDWICH HARBOUR TOUR

TAG 5 – SPITZKOPPE-GEIRGE

Umgeben von der atemberaubenden Kulisse der roten Felsen beenden wir den Tag mit einer **Yin Practice unter Sternenhimmel**. Entspanne dich in einem **luxuriösen Glamping-Camp** und genieße den **Blick auf das Erongo-Gebirge**

+ STARGAZING YIN PRACTICE

TAG 6 - DAMARALAND

Ein besonderer Tag im Damaraland verbindet achtsame Yoga-Praxis am Morgen mit einem geführten **Tracking der beeindruckenden Wüstenelefanten**. Inmitten weiter Landschaften erlebt ihr Naturverbundenheit, Stille und tiefe Erdung, bevor der Tag entspannt in ruhiger Atmosphäre im **Pool des Luxus-Camps** ausklingt.

+ WÜSTENELEFANTEN-TRACKING

TAG 7/8 - ETOSHA-NATIONALPARK

Safari-Zeit – Entdecken die Tierwelt des **Etosha-Nationalparks** auf unserer Expedition zu vier der „**Big Five**“. Die **eco-friendly Lodge mit Pool und wunderschönen Gartenanlage** bietet den idealen Ausgangspunkt für deine Yogafari.

+ SAFARI-FAHRT

TAG 9/10 - WINDHOEK

Wir schließen das Retreat mit einem letzten Tag in der vibrierenden Hauptstadt Windhoek ab – lerne zu **Trommeln** und erlebe die namibischen Rhythmen beim Tanzen – alles im Herzen von Windhoeks Stadtteil Katutura.

+ TROMMELKURS + STADTBESICHTIGUNG

ACTIVE SESSIONS

06.

STARGAZING YIN PRACTICE @SPITZKOPPE

Am Abend legen sich die warmen Farben des Tages über die Felsen der Spitzkoppe, und wir gleiten in eine ruhige, tiefgehende Yin Praxis. Zwischen uraltem Granit und weiter Wüstenstille darf dein Körper weich werden, dein Atem weit. In der anschließenden Meditation lauschen wir der feinen, fast greifbaren Stille dieses besonderen Ortes – bevor wir uns beim Star Gazing unter dem klaren, endlosen Himmel Namibias verlieren und die Sterne heller scheinen als irgendwo sonst.

TROMMELKURS @WINDHOEK

Tanz, Trommeln und Perkussion sind essenzielle Bestandteile der afrikanischen Kultur. In diesem Kurs wirst du die Grundlagen des Trommelns erlernen und die kraftvolle Energie der Rhythmen sowie unsere Reaktionen darauf erkunden. Wir werden die Trommeln mit unserem gesamten Körper erleben. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, um deine rhythmische Reise zu beginnen – genieße einfach die Ausdruckskraft deines Körpers.



SANDWICH HARBOUR TOUR

Die geführte Tour nach Sandwich Harbour führt euch mit dem Allradfahrzeug entlang der spektakulären Atlantikküste, wo mächtige Sanddünen direkt ins Meer abfallen. Unterwegs habt ihr gute Chancen, Robben, Flamingos und weitere Wildtiere zu beobachten und erlebt eines der eindrucksvollsten Naturwunder Namibias – dort, wo Wüste und Ozean aufeinandertreffen.

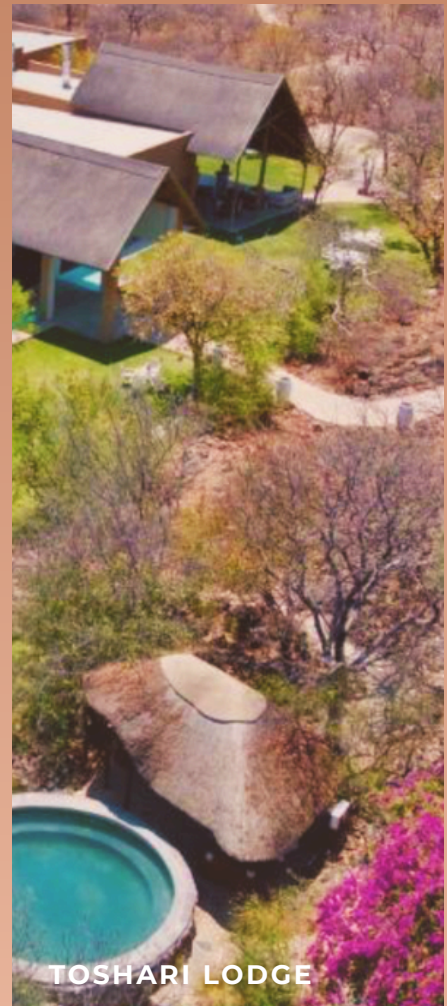
Venues

07.

GLAMPING // FERIEHÄUSER // LODGES



TWYFELFONTEIN ADVENTURE CAMP



TOSHARI LODGE



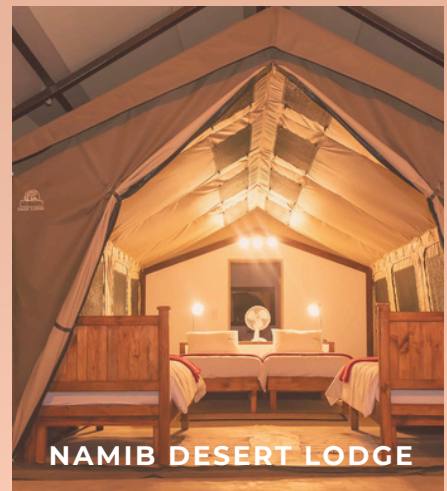
NAMIB DESERT LODGE



SPITZKOPPE CAMP



BEACH VILLA



NAMIB DESERT LODGE

ACTIVITES

08.

YOGA-PRAXIS | SAFARI | ECHE KULTUR



DEIN GESAMTPAKET

10-TAGE CULTURAL YOGA RETREAT IN NAMIBIA

DEINE außergewöhnliche Reise durch Namibia.

DAS ALLES IST SCHON IM PREIS INBEGRIFFEN:

- **9 Übernachtungen in eleganten Glamping-Unterkünften, Lodges und Premium Ferienhäusern, einschließlich Abendessen und Frühstück** (Zimmergröße variiert zwischen 2 und 4 Personen pro Zimmer)
- **Persönlicher Reiseführer & Fahrer** im 4x4 Mietwagen für 10 Tage
- **NamaSTAY Goodie-Bag mit LUVIYO Reise-Yogamatte und wiederverwendbarer Wasserflasche**
- Bereitstellung von Yogablöcken und Meditationskissen und unbegrenztes Trinkwasser

PREIS PRO PERSON
2.900 €*

***EXKL. INTERNATIONALE FLÜGE**

Eine Anzahlung von 20 % ist notwendig, um die Reservierung zu garantieren.

ACTIVITIES (ALLES INKLUSIVE):

- **Daily Themed Yoga Practice mit Kathi**
- **Dune Dinner und Sundowner Drive in der Namib-Wüste**
- Besuche die Dünen von **Sossusvlei** und nutze den 4x4-Shuttle nach Deadvlei
- **4x4 Sandwich Harbour Tour (4h)**
- **Wanderung und Stargazing Practice an der Spitzkoppe**
- **Wüstenelefanten-Tracking Tour (3h)**
- **Geführte Safari im Etosha-Nationalpark (4h)**
- **Trommelkurs in Windhoek (2h)**
- **Zugang zu allen Nationalparks**

FAQ NAMIBIA

Welche Abflughäfen bieten Direktflüge nach Namibia und was kostet ein Flug im Februar?

Direktflüge nach Windhoek gibt es **ab Frankfurt und München**. Im Februar liegen die Flugpreise ab Deutschland in der Regel bei **ca. 700–1.000 € pro Person** (Economy Class), abhängig von Airline und Buchungszeitpunkt.

Welche Reiseimpfungen benötige ich für Namibia?

Es gibt **keine verpflichtenden Impfungen** zur Einreise nach Namibia. Empfohlen sind die Standardimpfungen gemäß Impfkalender (z. B. Tetanus, Diphtherie, Polio) sowie Hepatitis A, bei längeren Aufenthalten oder besonderer Exposition auch Hepatitis B. Bei weiteren Fragen, ist eine individuelle Beratung beim Tropenmediziner empfohlen.

Wie erhalte ich ein Visum für Namibia?

Für deutsche Staatsbürger ist die Einreise aktuell über ein **Visa on Arrival** möglich, das **online für ca. 60€ beantragt** werden kann. Dein Reisepass muss bei Einreise mindestens 6 Monate gültig sein und über freie Seiten verfügen. Die Regelungen können sich ändern – wir informieren dich gern vor Abreise.

Liegt die Reiseroute in einem Malaria-Gebiet?

Nein. Die geplante Reiseroute führt nicht durch Malaria-Risikogebiete. Diese beginnen erst weiter nordöstlich Namibias, insbesondere im Grenzgebiet zu Angola und im Caprivi-Zipfel.

Kann ich früher anreisen oder noch etwas länger bleiben?

Anchor Adventures plant gern mit dir die Tage vor und nach dem Retreat. Sehr gern können noch weitere Tage und Destinationen dazugebucht werden.

Brauche ich Yoga Erfahrungen für die Reise?

Nein, die Reise ist sowohl für Einsteiger als auch erfahrene Yogis buchbar. Die Practice wird immer mit Optionen und persönlichen Assists durchgeführt.

Welche Bezahloptionen gibt es?

Für jede Reise zahlst du bei Buchung **20% Anzahlung** und 4 Wochen vor Abreise dann die restliche Summe. Bei Anchor Adventures kannst optional per **SEPA-Überweisung** oder bequem per Zahlungslink über **Kreditkarten, Apple/GooglePay** zahlen.