

# Mediterranean Retreats Center sull'Isola di Lesbo in Grecia

L'edificio, oggi centro per le pratiche di yoga e di guarigione energetica, era in origine una taverna greca e piccolo albergo. Si affaccia sul Golfo di Kalloni, a pochi metri dal mare, e si trova in un ambiente naturale appartato di eccezionale bellezza. Quest'area è un paradiso per gli amanti del birdwatching che qui giungono da tutto il mondo, soprattutto in primavera, per ammirare la bellezza degli uccelli migratori come gli uccelli migratori, come i fenicotteri rosa, cicogne bianche e nere e falchi pellegrini ecc. Il golfo è un'importante area di riproduzione per molte specie ittiche, che lo rendono un tratto di mare vivace. La sua posizione in questo ambiente naturale, dove regna pace, silenzio, unito alla forza degli elementi, lo rendono un luogo ideale per immergersi nello studio e nella pratica di varie discipline. Qui è facile lasciarsi alle spalle tutti quei fardelli fisici ed emotivi che di solito affollano la nostra vita.

## TIPI DI ALLOGGIO

Il nostro centro dispone di dieci camere per l'alloggio – cinque nell'edificio principale e altre cinque in un secondo edificio che si trova a 800 metri di distanza. Offriamo camere doppie con letti singoli e, con un supplemento, sono disponibili anche camere singole private. Ogni camera è provvista di proprio bagno.

## IL CIBO

Il nostro staff prepara con cura tutti i pasti nella spaziosa cucina del centro, utilizzando solo materie prime di produzione locale e ingredienti di alta qualità, e ingredienti di altissima qualità prodotti localmente. Questi ingredienti sono coltivati in ambienti sani e ambienti sani e incontaminati, su terreni lavici ricchi di sostanze nutritive, assicurando che i nostri pasti siano sani e deliziosi. Offriamo colazione, pranzo e cena, oltre a frutta in abbondanza proveniente dal nostro giardino. Tisane, acqua e bevande varie sono a disposizione nel corso della giornata. I nostri pasti sono vegetariani/ vegani con una forte influenza della cucina greca e mediorientale.

## L'ISOLA

Lesbo è un sito Patrimonio dell'Umanità UNESCO, non è affatto una metà del turismo di massa, come altre ben più note isole greche, vedi Santorini, Mykonos o Rodi. Nonostante ciò, è un'isola generosa e indipendente, con un profilo unico nel panorama economico greco. Lesbo offre molte cose interessanti da scoprire e da godere. L'isola è il luogo di nascita di Saffo, famosa poetessa del periodo classico. È anche nota per la produzione del miglior olio d'oliva ellenico. Lesbo è regina incontrastata nella produzione dell'Ouzo e della Retsina e vanta una interessante ed unica foresta pietrificata. La capitale, Mitilene, è ricca di vestigia storiche e ha un'ottima vita giovanile e studentesca che la rende vivace anche durante i lunghi mesi invernali.

La natura dell'isola è rigogliosa e generosa. Milioni di ulivi si alternano a fitte foreste, valli desolate e montagne brulle. Inoltre, c'è una costa infinita, sconosciuta al turismo di massa, solitaria ma accogliente. Lesbo è uno dei maggiori siti di sosta e passaggio per quasi 300 specie di uccelli migratori che ogni anno scelgono di fermarsi qui. Lesbo è un'isola che non si lascia abbagliare dai soldi facili e dal kitsch di un turismo becero e ingenuo. Vive la sua routine con ottimismo e apprezza il fatto che chi viene qui non ha scelto la sua destinazione. a caso.

## COME ARRIVARE

Lesbo si trova nell'arcipelago delle isole dell'Egeo nord-orientale ed è la più grande del gruppo per dimensioni. Per la sua importanza, ha collegamenti molto facili con Atene, ci sono diversi voli nazionali ogni giorno per tutto l'anno. Se si vuole risparmiare, ci sono buoni collegamenti via nave ogni giorno dell'anno. Le navi si fermano anche a Chios e spesso si spingono a nord fino a Salonicco. Da alcuni Paesi europei si può volare direttamente sull'isola, che dispone di un piccolo ma moderno aeroporto internazionale. Se non riuscite a trovare un volo diretto per Mitilene, volate ad Atene e da lì prendete un altro volo per l'isola.