

Kea Retreat

Le premier boutique-hôtel dédié aux retraites de yoga

Un paradis naturel, véritable oasis de sérénité, situé au milieu de collines qui descendent vers la plage Psathi, Kea Retreat est tout autant une retraite spirituelle qu'une célébration du paysage naturel et du patrimoine culturel de l'île de Kea. Fondé sur les valeurs du « slow-living » et du développement durable, Kea Retreat propose à ses hôtes des retraites de yoga holistiques, immersives, et all-inclusive. Les séjours allient, dans un cadre élégant et traditionnel, l'expertise de spécialistes grecs et internationaux à des offres culinaires allant de la ferme à la table.



► Kea Retreat est le projet ambitieux du restaurateur israélien Zviki Eshet et de sa femme Anat, qui ont décidé de combiner leur quête de sens et de guérison avec leur passion pour la culture grecque. De la conception aux tâches quotidiennes, Kea Retreat est véritablement une affaire de famille. Yoni, le fils du couple, est le directeur des opérations de l'hôtel, tandis que son frère Uriel, Chef accompli titulaire d'une étoile Michelin, est en charge de la cuisine et de la ferme avec Anat, thérapeute spécialisée dans la psychothérapie centrée sur le corps, qui apporte son expertise et son soutien dans le travail de guérison et de thérapie.

L'architecture et le design font partie intégrale de l'expérience de Kea Retreat. Se fondant parfaitement dans le paysage rocheux, une série de structures en pierre datant de plus de 400 ans (type traditionnel de ferme cycladique appelé « kathikies ») ont été transformées en chambres minimalistes mais élégantes, avec vue sur la mer, vérandas privées et douches extérieures. Une palette de tons proche de la terre et de matériaux naturels confère aux chambres un caractère calme et chaleureux. Des œuvres d'artisans locaux meublent les chambres avec des pièces personnalisées, spécialement conçues pour Kea Retreat.

Chaque détail a été soigneusement pensé et choisi pour donner à chaque chambre son caractère unique. Variant d'une semaine à l'autre, les retraites sont conçues pour permettre aux clients de redécouvrir leur voix intérieure et se reconnecter avec la nature, ainsi que pour les unir dans une célébration de la vie. Une semaine typique se compose de yoga, méditation et danse, ainsi que des activités alternatives pour se connecter avec la nature, comme une randonnée sur les anciens sentiers à travers les terres agricoles vierges de l'île, la visite de l'ancienne capitale de Kea, et une sortie en kayak vers des plages de sable plus isolées.

Des professeurs de yoga grecs et internationaux renommés, chacun avec sa propre approche de guérison, offrent aux clients la possibilité de choisir la retraite qui correspond le mieux à leurs besoins, leurs attentes et leur personnalité. De Vinyasa, Kundalini et Yin Yoga, de bains sonores, hypnothérapie et respiration thérapeutique, Ayurveda, des mandalas de guérison, à la salutation au soleil, aux cérémonies du feu aux cercles de partage sous les étoiles, la gamme proposée de pratiques transformationnelles permet un programme cousu main pour des retraites uniques.

Expérience Unique
Ce qui rend l'expérience du Kea Retreat unique, c'est l'équilibre subtil entre l'épanouissement physique et spirituel qui reflète la philosophie de vie de la famille. Succinctement décrite comme la rencontre entre Zorba et Bouddha, la retraite a pour but de nourrir le corps et l'esprit par le yoga, la méditation et les pratiques de guérison, ainsi que par la bonne nourriture, la bonne compagnie et le plaisir. Outre les séances quotidiennes de yoga et de méditation, la propriété compte de nombreux coins et endroits isolés, dont une plage privée, qui offrent de nombreuses possibilités de contemplation et de réflexion, mais aussi la possibilité de prendre des repas en commun, de soirées animées et de fêtes grecques imprévues avec une vue imprenable sur la mer.

Kea Retreat a été inspiré par l'amour de Zviki et Anat pour la culture grecque. Vous aurez donc l'occasion de vivre des conversations animées autour des plats maison d'Uriel et de verres de retsina, de danses et de chants au son du bouzouki, joués par des musiciens locaux, et observer les étoiles tout en sirotant du Tsipouro (eau de vie locale). En d'autres termes, contrairement à l'approche ascétique de la retraite de yoga typique, Kea Retreat est l'endroit pour se reposer, se ressourcer, et évoluer tout en savourant les délices terrestres de Kea.

Gastronomie
Dirigée par Uriel Eshet, la cuisine de Kea Retreat reflète les principes de slow-living et de respect de la nature du projet. Fort de son expérience dans de nombreux restaurants étoilés en Europe et aux États-Unis (dont le Noma, avec 3 étoiles Michelin, à Copenhague), Uriel Eshet associe des techniques innovantes à la philosophie « de la ferme à la table », offrant aux clients des plats exclusivement réalisés à partir des produits locaux et de saison, dont une grande partie provient des oliveraies, des vergers, des potagers, des jardins d'herbes aromatiques et des vignobles de la propriété. La cuisine d'Uriel ne se limite pas à une cuisine nationale, mais vise plutôt à offrir aux clients des expériences culinaires uniques, savoureuses et inattendues.



L'île de Kea
À une heure de ferry de Grèce continentale, Kea se distingue par sa nature intacte et la richesse de sa culture locale. Combinant des pentes rocheuses accidentées et des criques sablonneuses isolées avec des forêts de chênes et des oliveraies, le cadre naturel de l'île est sublimé par la beauté de villages pittoresques, de fermes en pierre et de ruines anciennes qui parsèment le paysage. Jolie, discrète et empreinte d'un sens de l'équilibre, Kea est un sanctuaire de relaxation. ■