

Gala

style

NR. 02 Herbst/Winter  
Deutschland 3,80 € - www.

DIE  
328

MUST  
HAVES

BUNTE  
KAROS

MERLOT-  
LOOKS

SEXY  
SATIN

GUEST  
EDITOR

Victoria  
Swarovski

White Love  
Jas's Victoria

EXTRA:  
GO GREEN

LABELS, LOOKS  
TIPPS

Marrakesch  
für Insider

PARFUM  
KALENDER

Die besten  
Düfte für  
die nächsten  
Monate

Party  
MAKE-  
UP

GLAM  
Power

Die heißen Herbst-Looks  
der Influencer zum Nachstylen



SOCIAL MEDIA DETOX

# ICH BIN DANN MAL OFF

MEXIKO

Wer das Gefühl hat, ein Leben am Limit zu führen, und deshalb unglücklich mit seiner Lebenssituation ist, sollte Dr. Erica Matluck, Gründerin von **SEVEN SENSES**, konsultieren. Ihre Healing Retreats, die an sorgfältig ausgewählten, einzigartigen Orten auf der ganzen Welt stattfinden, verfolgen einen ganzheitlichen Ansatz. Im Fokus steht die Erhaltung der Gesundheit. Um Körper, Geist, Gefühlsebene und Seele in Einklang zu bringen, stehen neben Yoga Atemübungen, Klangtherapie, Meditation, Einzel- und Gruppensitzungen auf dem Programm. So lernen die Teilnehmer, unbewusste Muster zu durchbrechen und ihr volles Potenzial auszuschöpfen. [experience-sevensenses.com](http://experience-sevensenses.com)



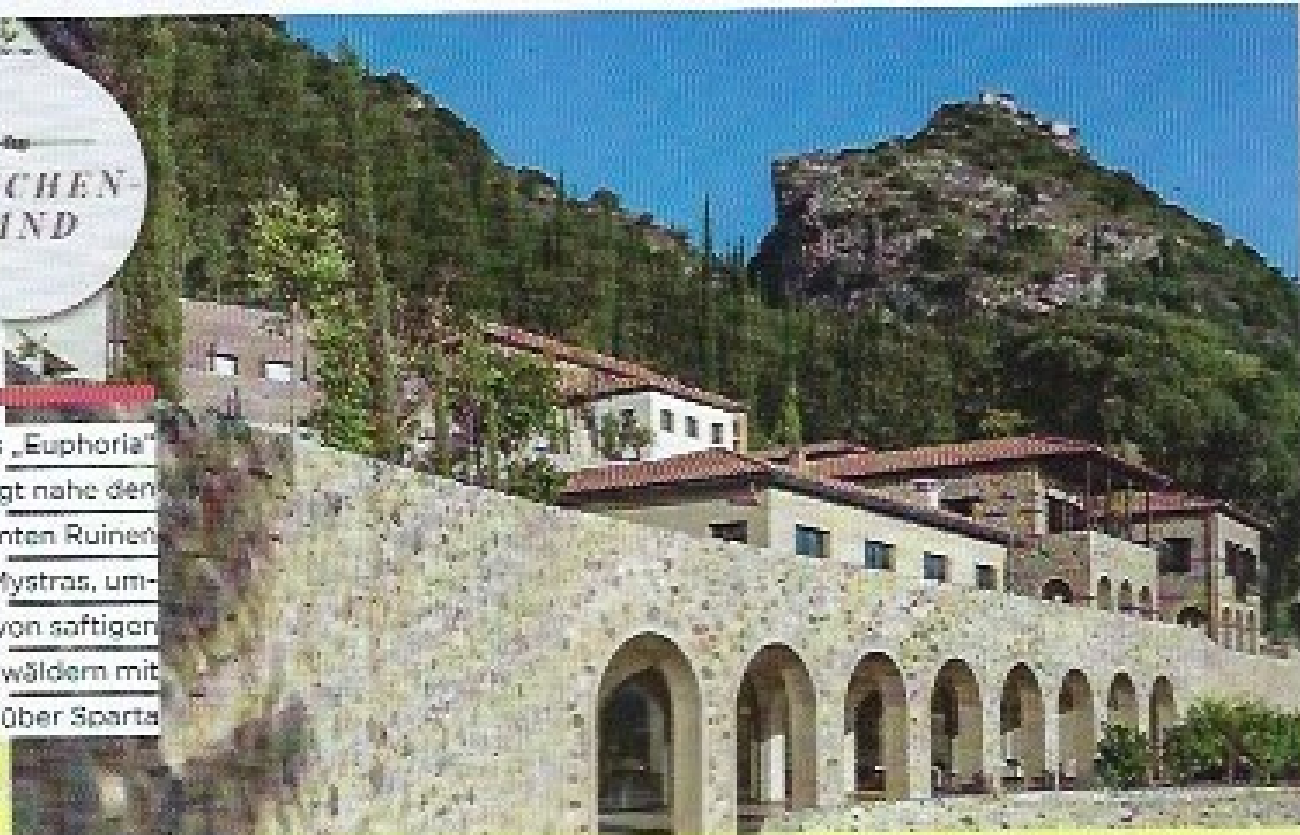
Selbstfindungsreise  
an idyllischen  
Orten: Das nächste  
„Seven Senses  
Retreat“ findet vom  
19. bis 26. Oktober  
in Mexiko statt

Zeit für eine Sendepause! Warum es angesagter denn je ist, den digitalen Resetbutton zu drücken, und wo man am besten abschalten kann

TEXT: STEPHANIE NEUBERT



Das „Euphoria“  
liegt nahe den  
berühmten Ruinen  
von Mystras, um-  
geben von saftigen  
Pinienwäldern mit  
Blick über Sparta



**EUPHORIA RETREAT** auf der Halbinsel Peloponnes ist ein ganzheitliches Spa-Resort, das von griechischen und chinesischen Heilphilosophien inspiriert ist. Oberstes Ziel ist, den Gast bei Gesundheit und Freude zu erleben, was den Griechen als Euphorie

bekannt war. Retreats wie Detox, Achtsamkeit, Entschleunigung oder Selbstreflexion werden auch medizinisch betreut. Highlight ist das weitläufige Spa auf vier Stockwerken mit Kugel-Pool und byzantinischem Hammam. [euphoria-retreat.com](http://euphoria-retreat.com)