



EUROPA: GRIECHENLAND

MIT ACHTSAMEN YOGA ZU GESUNDEM LEBENSSTIL - KORFU

- > - herrliche Badestrände
- > - vegetarisches Essen
- > - Yoga, Meditation und viel Ruhe

Was macht mich glücklich? Was bietet mir Stabilität im Leben? Körper, Seele und Geist sind eine Einheit. Lernen Sie Ihre Bedürfnisse auf allen Ebenen kennen.



REISEDETAILS

1. - 7. Reisetag: Mit achtsamen Yoga zu gesundem Lebensstil - Korfu

Neben den Körperübungen findet auch der innere Weg des Yoga Raum: Entspannungsübungen, Atemübungen und Meditationen helfen den Geist zu beruhigen und sich zu konzentrieren.

Schlechte Gewohnheiten kennen wir alle! Lernen Sie Morgen- und Abendrituale, auch als Anregung für die Praxis zu Hause, kennen. Rituale sind eine kraftvolle Möglichkeit gesunde Gewohnheiten in den Alltag zu integrieren.

Morgens und abends Yoga, Reflexionen und Tipps zu Fragen des Lebensstils.

Tagsüber Zeit zum Entspannen. Für Anfänger und Fortgeschrittene. Auf Wunsch Einzelcoaching möglich.

Auszug aus dem Programm:

Sanfte Yogaflows und Serien (z.B.: Fünf >>Tibeter<<®, Tanz der Wirbelsäule, Teile des Sonnengrußes, etc.) mit Focus auf optimale Bewegungsdurchführung.

Energiequelle Atmung, Meditationen

Vielfältige Informationen und Tipps zu Fragen des Lebensstils

Ausdauer, Starker Rücken, Gelassenheit, Konzentration

Selbstreflexionen

Strategien für die Herausforderungen des Lebens (z.B.: Kenne ich meine persönlichen Kraftquellen?)

Ihr Urlaubsort - Ouranos Club Korfu

Lage

Der Ouranos Club befindet sich im grünen Nordwesten Corfus zwischen Agios-Stefanos und Arillas, am Ortsrand von zwei kleinen Dörfern. Die Häuser des Clubs liegen idyllisch zwischen Olivenhainen im Umkreis von max. 15 Gehminuten zum Hauptgebäude. Grundsätzlich liegen alle Zimmer seitlich zum Meer, je nach Pflanzenbewuchs kann man dieses nur teilweise oder frei sehen.

Zwei schöne Sandstrände laden zum Baden und sind in ca. 10 Gehminuten erreichbar. Supermärkte und Tavernen befinden sich ebenfalls in der Nähe. Kleine griechische Dörfer sind in traumhaften Panoramawanderungen leicht zu erreichen.

Unterbringung

Kategorie 1: Kleine Appartements für 1 - 2 Personen mit einem Doppelzimmer, eigener Dusche/WC, Terrasse oder Balkon und Kühlschrank

Kategorie 2: Große Appartements für 2-4 Personen mit zwei getrennten Doppelzimmern, gemeinsamer Dusche/WC, Terrasse oder Balkon sowie kleiner Wohnküche und Kühlschrank

In beiden Kategorien können gegen Aufpreis die Doppelzimmer als Einzelzimmer benützt werden. Die Zimmerausstattung ist landestypisch einfach und zweckmäßig. Die Appartements werden von den griechischen Vermietern betreut und 2-3 mal wöchentlich gereinigt.

Hinweis: Die Zimmer und Bäder sind sehr einfach ausgestattet.

Verpflegung

Köstliche vegetarische Küche, reichhaltigem Frühstücks- und Abendbuffet. Das Essen wird im Freien auf der schönen Terrasse mit Blick aufs Meer eingenommen. Alkoholfreie Getränke sind im Preis inkludiert

Anreise

Die Anreise erfolgt samstags von Österreich, Deutschland, Schweiz. Gerne buchen wir den Flug zum tagesaktuellen Preis für Sie.

Der Sammeltransfer vom/zum Flughafen Korfu ist im Reisepreis inkludiert.

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
15.07.2017	22.07.2017	X	890 €

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

LEISTUNGEN

- > - 7 Nächte Ouranos Club
- > - vegetarische Halbpension
- > - Programm "Mit Yoga und Achtsamkeit zu gesundem Lebensstil"
- > - Sammeltransfer ab/bis Flughafen Korfu Stadt

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 1

Maximalanzahl von Personen: 14

ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- > Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 10%
- > Fälligkeit der Restzahlung: 14 Tage vor Reisebeginn
- > Sofern bei der Reise eine Mindestteilnehmerzahl ausgeschrieben ist, ist bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl ein Rücktritt vom Reisevertrag seitens des Veranstalters bis spätestens 30 vor Reisebeginn möglich.
- > Bei Flugdestinationen wird entsprechend bei Buchung informiert, ob der Flug bereits gebucht werden kann oder nicht.

Alle Fragen zur Ausschreibung beantwortet Ihnen der jeweilige Veranstalter unter den oben aufgeführten Kontaktdaten, der für die Angaben und Informationen zur Reise verantwortlich ist.