



EUROPA: SPANIEN

YOGA FÜR MEHR LEICHTIGKEIT - FINCA-URLAUB AUF MALLORCA

> Traumhafter Finca-Urlaub - Idylle, Ruhe, Zeit zum Ausspannen

Sehen Sie sich auch danach, sich körperlich fit zu fühlen, den Kopf frei zu haben und den Alltag spielerisch zu meistern? Der Yogurlaub in fantastischer Atmosphäre mit einer Gruppe gleichgesinnter Menschen zeigt Ihnen einen Weg auf, mehr Leichtigkeit ins Leben zu bringen. Mit speziellen Körperübungen (Asanas), bewusster und tiefer Atmung, dem liebevollen Wahrnehmen des eigenen Körpers, der eigenen Person erfahren Sie ein Gefühl von Glück & Lebensfreude!

Yoga macht es Ihnen leichter, ganz im Moment aufzugehen, ohne sich ablenken zu lassen. Sie werden eine neue Leichtigkeit spüren. Strenge und Härte verfliegen mit der Freude am Tun – innere und äußere Blockaden, die im Leben nicht mehr notwendig sind, können somit gelöst werden.

Sie entwickeln ein liebevolles Verständnis für Ihren wunderbaren Körper, ein tieferes Bewusstsein für sich selbst und Ihre Umgebung kann entstehen. Ausgleich, Stärkung und Regeneration geschieht.



REISEDETAILS

1. - 7. Reisetag: Zum Inhalt

Inhalt

stärkende und entspannende Asanas, die Grenzen und Weiten erkennen lassen

Meditation

Pranayama (spezielle Atemübungen)

Märchen/Sagen für Erwachsene

Auseinandersetzung mit bzw. Kennenlernen des persönlichen Krafttieres

Yoga Nidra (Tiefenentspannung)

Zeit für Gespräche, Fragen und Beratung

Programmumfang: täglich, außer am An- und Abreisetag zwei Einheiten zu je zwei Stunden

Yogastil: Hatha Yoga

„Den Körper betrachte ich als Tempel der Seele.

Durch den Körper erfahren wir äußere wie innere Welten.

Vertrauen wir uns, unserem Körper und dem alten Wissen in uns,

so können wir leichter mit dem Leben fließen...“

(Adelheit Ohlig aus „Das Wunschbuch“)

Programmleitung

Christine Platzer

Ihr Urlaubsort - Finca Sa Nau Mallorca

Spanien – Mallorca – Finca Sa Nau

Die wunderschöne, mallorquinische Finca liegt in absoluter Ruhe mitten in einem paradiesischen, mediterranen Garten (24.000 qm).

Ein liebevoll eingerichtetes Haupthaus (rund 430 qm) mit 8 Schlafzimmern liegt mitten im Garten, flankiert von Aussenküchen, Essplätzen und einem grosszügigen Pool.

Im Haupthaus selbst gelangt man über eine Empfangshalle, die direkt in den großen Salon führt, der sich in Ess- und Loungebereich teilt. Der Essbereich bietet ausreichend Platz für eine große Gesellschaft, die sich später gemütlich vor dem Kamin in der Lounge-Ecke oder auf den vielen Terrassen niederlassen kann.

Im Anschluss an den Essbereich liegt die helle, freundliche Küche aus der 3 x am Tag gesunde Köstlichkeiten gezaubert werden.

Alle Schlafzimmer haben den selben Standard, bestehen aus Vollholz – Einzelbetten (0.90 x 2m), die auf Wunsch zusammen gestellt werden können.

Im Erdgeschoss befinden sich zwei 2 Bett-Schlafzimmer mit Bad und Badewanne, ein 2 – 3 Bettzimmer mit Duschbad ensuite, sowie ein kleines Einzelzimmer mit separatem Duschbad.

Ein freundlicher Raum mit WLAN und direktem Zugang zum Pool wird gerne zum Lesen, Spielen oder als schattiger Rückzugsort genutzt.

Im oberen Stockwerk befinden sich weitere vier 2 Bett Zimmer, die sich zwei Bäder mit Badewanne teilen.

Vorbei am eigenen Gemüsegarten kommt man zum gemütlichen Appartementhaus mit 2 Apartments, mit 1 und 2 Doppelzimmern.

Zwei große, lichtdurchflutete Yogaräume mit Fussbodenheizung warten auf Yoginis ebenso wie zahlreiche lauschige Rückzugsorte und Terrassen und ein Wellnessbereich mit Whirlpool und Dampfbad.

Vom Flughafen Palma aus gelangt man in ca. 20 Minuten zum Domizil.

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
17.10.2015	24.10.2015	X	975 €
29.10.2016	05.11.2016	X	975 €

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

LEISTUNGEN

- > Inkludierte Leistungen:
- > - 7 Nächte Finca Sa Nau
- > - Vegetarische Vollpension
- > - Programm "Yoga für mehr Leichtigkeit"
- > - Sammeltransfer

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > Nicht enthalten im Preis: Flug, Reiseversicherung

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 6

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.

WEITERE INFOS

Programmhinweise

- > Yoga macht es Ihnen leichter, ganz im Moment aufzugehen, ohne sich ablenken zu lassen. Sie werden eine neue Leichtigkeit spüren. Strenge und Härte verfliegen mit der Freude am Tun – innere und äußere Blockaden, die im Leben nicht mehr notwendig sind, können somit gelöst werden.
- > Sie entwickeln ein liebevolles Verständnis für Ihren wunderbaren Körper, ein tieferes Bewusstsein für sich selbst und Ihre Umgebung kann entstehen. Ausgleich, Stärkung und Regeneration geschieht.
- > „Den Körper betrachte ich als Tempel der Seele.
- > Durch den Körper erfahren wir äußere wie innere Welten.
- > Vertrauen wir uns, unserem Körper und dem alten Wissen in uns,
- > so können wir leichter mit dem Leben fließen...“
- > (Adelheit Ohlig aus „Das Wunschbuch“)

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