

8 Tage Yoga und Entspannung in Menorca



Reiseüberblick

Diese einzigartigen Yoga-Retreats bieten die Chance mit sich selbst in Kontakt zu treten. Nutzen Sie Chance, wieder Klarheit und Kraft aufzubauen, um die Herausforderungen ihres Lebens anpacken und mit positiver Energie meistern zu können. Ganz nebenbei lernen Sie die Geheimnisse des Yoga und seine Philosophie kennen - und wie beides Ihr tägliches Leben bereichern kann!

Die ursprüngliche Baleareninsel ist bekannt für ihre wildromantische Natur, für traumhafte Buchten, zahlreiche Schluchten, Höhlen, Feuchtgebiete, Weiden und Steilküsten. 1993 wurde Menorca zum Biosphärenreservat ernannt, weite Teile der Insel stehen unter Naturschutz.

Die Unterrichtssprache ist Russisch.

Leistungen und Programmablauf

1 Tag:

10:00 Uhr Ankunft
Zeit zur freien Verfügung, Kennenlernen der Umgebung.
16:30 – 18:00 Uhr Orientierung, Kennenlernen und Yogaklasse
ab 18:30 Gemeinsames Abendessen

2 Tag – 6 Tag:

07:00 – 07:30 Uhr Meditation
07:30 – 09:00 Uhr Intensive Yogapraxis
Zeit zur freien Verfügung
16:00 – 16:30 Uhr Yogatheorie, Yogaphilosophie und Selbstentwicklung (nach Anspruch)
16:30 – 18:00 Uhr Intensive Yogapraxis

7 Tag:

07:00 – 07:30 Uhr Meditation
07:30 – 09:00 Uhr Intensive Yogapraxis
Zeit zur freien Verfügung
16:00 – 16:30 Uhr Empfehlungen für zu Hause
16:30 – 18:00 Uhr Intensive Yogapraxis

8 Tag:

Ende des Retreats, Abreise

Grupotel Playa Club ★★★★★

Ort: Son Xoriguer

Unterkunft

Grupotel Playa Club ist ein Apartment-Resort, das zwischen dem Strand von Son Xoriguer und dem kleinen Sporthafen von Cala'n Bosch liegt. Eine Ferienanlage, in der Ihnen alle Annehmlichkeiten für einen herrlichen Urlaub auf **Menorca** zur Verfügung stehen. Sie bietet eine privilegierte Lage in einem der schönsten Naturgebiete der Südküste Menorcas.

Die Leistungen umfassen:

- Frühstück 08:00 – 10:30 Uhr
- Abendessen 18:30 – 21:00Uhr
- Tägliche Reinigung
- Pool Sonnenliegen & Sonnenschirme
- Handtücher und Bettwäsche werden gestellt
- Wi-Fi Internet
- Dampfbad, Sauna und klimatisierter Innenpool mit Whirlpool-Bereich
- Fitness-Bereich

Ausführliche Informationen zum Apartment mit einem Schlafzimmer

Diese 50 m2 großen Apartments haben ein Wohnzimmer mit Küche und Essecke, ein Doppelzimmer und ein vollausgestattetes Bad. Außerdem verfügen sie über eine große Terrasse oder einen Balkon, von denen einige Blick aufs Meer haben.

Inklusiv:

- 7 Nächte, Appartement (50 m2) , Halbpension
- Flug ab Frankfurt
- Zug zum Flug
- Transfer zum Hotel
- Yoga 15 mal x 2 Stunden

Nicht Inklusiv:

- Kurtaxe / Ökotaxe pro Tag ca. 1,65 € p.p.

Preise:

Erwachsene: Doppelbelegung 600 € p.p.

Kinder bei Doppelbelegung : 0-7 Jahre 228 € p.p. , 7-11 Jahre 283 € p.p.

An- und Abreise:

21.05.2018 ab Frankfurt/Main nach Mahon 05:05 Uhr – 07:15 Uhr

28.05.2018 ab Mahon nach Frankfurt/Main 08:05 Uhr – 10:20 Uhr

<http://www.grupotel.com/de/hotel/menorca/son-xoriguer/playa-club/hotel.html>