

Dem Winter entfliehen - Eine Reise zu mir selbst



Wir wollen den Winter in Deutschland hinter uns lassen und uns für eine Woche auf das Wesentliche besinnen. Die Casa el Morisco im milden Süden von Spanien bietet die ideale Möglichkeit zu entspannen, zu genießen und darüber hinaus viele neue Erfahrungen zu machen. Die regelmäßigen Yoga Stunden werden uns dabei unterstützen.

Es wird zwei Yoga Einheiten täglich geben darüber hinaus werden wir auch andere Themen, z.B. Meditation integrieren. Die Yoga Stunden finden morgens vor dem Frühstück und am späten Nachmittag, vor dem Abendessen, statt. So bleibt genügend Zeit für eigene Aktivitäten.

Das Meer ist zu Fuß in ca. 20 Minuten erreichbar. Auch lange Spaziergänge in der hügeligen Umgebung der Casa el Morisco sind wunderbar, um wieder in Kontakt mit der Landschaft und der Natur zu kommen. An einem Nachmittag findet kein Yoga statt. Dann bietet sich die Möglichkeit für einen größeren Ausflug nach Malaga oder zu einem anderen Ort in der sehr sehenswerten Umgebung. Auch an den Abenden wird es abwechslungsreiche Angebote geben. So können wir z.B. die hauseigene Sauna nutzen, in unserem Yoga Raum frei, barfuß tanzen oder eine entspannende Klangreise genießen.

Mindestens 6 TeilnehmerInnen

Preis: Für 6 Tage Yoga Kurs 350 € (Frühbucher bis 31.10.2019 zahlen 300 €)
Für Unterkunft, Vollverpflegung inklusive aller Getränke und Transfer
(zwischen 7:00 und 19:00 Uhr):

595 € im halben Doppelzimmer | 700 € im Einzelzimmer

Die Buchung der Unterkunft erfolgt über die Casa el Morisco, der Flug ist separat zu buchen und nicht im Preis enthalten.



Mein Name ist Melitta Schneider, ich bin Yoga Lehrerin BDY/EYU. Es ist mir ein Anliegen in meinen Kursen die transformierenden Möglichkeiten des Yoga zu vermitteln. Yoga in der Casa el Morisco ist für mich jedes Mal etwas ganz Besonderes, egal ob als Kursteilnehmerin oder als -leiterin. Ich genieße es hier zu praktizieren und freuen mich wenn ihr dabei seid.

Mehr über mich gibt es hier:

<https://www.yogastudio-surya.de/zu-meiner-person/>