



Du wünschst Dir eine besondere Auszeit in einer wundervollen Umgebung in Andalusien?

Sonne, Meer, Entspannung und Yoga unterstützen Dich dabei. In dieser Woche genießt Du nicht nur gutes Essen, sondern auch Entspannungs- und Yogaeinheiten mit Gleichgesinnten. Es wird auch genügend Zeit zum Schwimmen, Entspannen, Wandern, die Gegend erkunden...zur Verfügung stehen.

Gönne Dir diese Auszeit mit uns an der Costa Del Sol vom 30.08.-06.09.2020.

Diese Woche ist für Yoga-Anfänger genauso geeignet, wie für Yoga-Fortgeschrittene.

Du kannst Dich auf unterschiedliche Yogastunden mit Meditationen und Entspannungsübungen freuen:

**Tagesablauf Montag-Samstag:**

08:00 Uhr Yoga und Entspannung  
10:00-11:00 Uhr Frühstück  
tagsüber offenes Büffet  
Zeit zur freien Verfügung  
17:00 Uhr Yoga und Entspannung  
19:00-20:00 Uhr Abendbuffet

**Deine Investition für eine Woche Entspannung und Yoga:**

**Preise:**

7 Übernachtungen:  
im Einzelzimmer: 755€  
im Zweibettzimmer: 650€

Seminargebühr: 400 Euro  
**Early bird bis 30.03.2020:** 390 Euro

**Inklusivleistungen:**

- vegetarisch/vegane Vollpension incl. Getränke
- Transfer vom Flughafen und zurück (5x zwischen 07:00-20:00 Uhr am Anreise- bzw. Abreisetag)
- 2 mal täglich Yoga- und Entspannungseinheiten

Der Flug wird von den Teilnehmer/innen selbst gebucht und ist in diesem Angebot nicht inbegriffen.



**Nadin Pieper-Füchsel** ist Yogalehrerin und Yogatherapeutin. Mit viel Liebe und Freude eröffnet sie jedem Menschen den Yogaweg.

**Ulrike von Seggern** ist zertifizierte Entspannungskursleiterin und Motivationstrainerin (BYVG). Mit einem bunten Strauß verschiedener Entspannungstechniken, Yoga und Fitnessübungen begleitet sie Frauen auf ihrer Reise zu mehr Entspannung.

Hier kannst Du Dir unsere Reise genauer anschauen:  
Webseite Ulrike: [www.ulrikevonseggern.com/yogawoche](http://www.ulrikevonseggern.com/yogawoche)  
Webseite Nadin: [www.yoga-bei-nadin.de/yoga-reise-malaga/](http://www.yoga-bei-nadin.de/yoga-reise-malaga/)

Möchtest Du dabei sein? Dann melde Dich an und schreibe eine Mail an Nadin: [yoga.bei.nadin@gmx.de](mailto:yoga.bei.nadin@gmx.de). Wir freuen uns auf Dich!