HATHA YOGA Ferien im Hotel Finca El Cabrito, La Gomera (kanar. Inseln) 20. bis 27.04.2024

Das Hotel ist eine ehemalige Bananenplantage, liegt in einem grünen Tal, direkt am Atlantik, und dehnt sich zum eigenen ca. 500 m langen Strand aus. Es gibt keine Straßenanbindung, nur Wanderwege. Die Gäste werden vom Hauptort San Sebastian – Anlegestelle der Fähren aus Teneriffa – vom hauseigenen Boot abgeholt und in einer 10-minütigen Bootsfahrt an den Felsen der Südküste entlang nach **El Cabrito** gebracht.

Naturnah gestaltet und ökologisch geführt, bietet sich El Cabrito als Oase der Ruhe an. Das Abschalten fällt vom ersten Moment an leicht, der Alltag tritt schnell in den Hintergrund.

Die Verpflegung erfolgt aufgrund der besonderen Lage in Vollpension, vorwiegend aus eigenem biologischem Anbau. Die Gäste wohnen in hübschen Holzoder Steinhäusern, die im ganzen Finca-Areal verteilt liegen.

Dieser paradiesische Ort bietet geradezu ideale Bedingungen, einmal tief in den Yogaweg einzutauchen. Wir praktizieren täglich ca. 5 Stunden Yoga, aufgeteilt in 2-3 Übungsblöcke, morgens und abends, beginnend mit einer Meditation am Strand zum Sonnenaufgang. Zwischendurch bleibt genügend Zeit zum Verweilen, Lesen, Wandern, Baden ...

Die Yogawoche ist für Menschen mit und ohne Vorerfahrung geeignet.

Kursleitung:

Jutta Thies, Yogazentrum Markgräflerland

Teilnahmegebühr:

€ 480,- zuzüglich Reise und Unterkunft

Weitere Infos und Anmeldung:

www.yoga-muellheim.com/#yogaferien Tel.: 0049 7631 7484450







HATHA YOGA Ferien im Haus Linden, Prerow, Fischland Darß-Zingst 24.02. bis 02.03.2024



Die Halbinsel Fischland-Darß-Zingst liegt an der Ostseeküste Mecklenburg-Vorpommerns

und besteht größtenteils aus dem urwüchsigen Nationalpark "Vorpommersche Boddenlandschaft", einer einzigartigen Naturlandschaft, in der Wind und Wellen die Küste immer wieder neu erschaffen, Hirsche am Strand spazieren und im Sommer tausende Kraniche rasten.

Der pudrig-weiche Sand, die mystischen "Windflüchter" am Darßer Weststrand und der weite freie Blick über das Meer – das macht die Region so einzigartig.

Das ehemalige Fischer- und Seefahrerörtchen **Prerow** mit seinen schneeweißen Stränden und den unberührten Wäldern blickt auf eine 130-jährige Tradition als Badeort zurück.

Zur ausklingenden Winterzeit, in der Nebensaison, stärken das milde Reizklima der Ostseeküste und die klare Meeresluft die Abwehrkräfte ganz besonders.

Direkt hinter dem Deich, nur 500 m vom Strand entfernt, liegt das vegan-vegetarisch-rohköstliche Hotel Haus Linden.

Im 1-wöchigen Retreat kann hier der Weg des Yoga - fernab des Alltags – einmal intensiv erfahren werden. Wir praktizieren täglich ca. 4,5 Stunden Yoga, aufgeteilt in 2-3 Übungsblöcke, morgens und abends. Zwischendurch bleibt genügend Zeit, die beeindruckende Landschaft zu erkunden und die gesunde Meeresluft zu genießen.

Die Yogawoche ist für Menschen mit und ohne Vorerfahrung geeignet.

Kursleitung:

Jutta Thies, Yogazentrum Markgräflerland

Teilnahmegebühr:

€ 430,- zuzüglich Reise und Unterkunft

Weitere Infos und Anmeldung:

www.yoga-muellheim.com/#yogaferien Tel.: 0049 7631 7484450

