



## Hatha Yoga - sich spüren, Kraft schöpfen

<b>Zeitraum:</b>	06.01. - 13.01.2019	So - So
<b>Hotel:</b>	595,- €	7 Ü, geteiltes DZ, VP incl. Getränke, ohne Flug nach Malaga, EZ mit Aufpreis
<b>Seminar:</b>	330,- €	Frühbucherrabatt bis 31.07.2018, 290,- €, 27 Übungsstunden

Genieße die besondere Atmosphäre der Casa El Morisco und das strahlende Licht Andalusiens. Eingebettet in einer reizvollen Hügellandschaft mit Blick auf das Meer bietet sie viele lauschige Plätze zum Verweilen. Mit Leichtigkeit und Freude führe ich dich morgens (2 ½ h) und nachmittags (2 h) durch ein wohltuendes Yogaprogramm. Durch dynamische und statische Übungsabfolgen lösen sich Verspannungen und die Muskulatur wird auf angenehme Weise gekräftigt. Lass jede Asana zum Genuss werden. Die sanften Yoga-, Atem- und Meditationsübungen helfen dir, tiefe Erholung und innere Ruhe zu erfahren. Während einer meditativen Wanderung rund um die Casa kann die spanische Natur in besonderer Weise erfahren werden.

### Freue dich auf:

- 27 Yogastunden inkl. Atemübungen, Meditation, Wandern
  - eine familiäre Anlage mit Pool und Sauna
  - vegetarische Vollverpflegung inkl. Getränke
  - persönliche Betreuung vor Ort durch mich
  - kostenfreier Transfer vom Flughafen zur Casa
- Hin- u. Rückfahrt sonntags 7-20 Uhr



**Ich freue mich auf dich !**

**Andrea Moll**

Yogalehrerin

Nähere Informationen unter 0177/6000319 oder [www.morisco.de](http://www.morisco.de)