

Yoga & gesunder Jahresstart

Neuausrichtung mit Körpergenuss, Natur, Bewegung, Musizieren und Gruppenzeiten
Seminar in der Casita Ayurveda Tenerife
02.01.2023 - 09.01.2023

Komm in einer paradiesischen und familiären Atmosphäre ganz bei Dir an. Geniesse die weiten Blicke über das Meer und auf den kraftvollen Teide-Vulkan. Durch tägliche Yoga-Praxis und Gruppen-Zeiten rund um ehrlichen Austausch, Körper, Bewegung und Musizieren kannst Du Kraft und Klarheit für Deinen Start ins Neue Jahr sammeln. In mindestens einem Ausflug in die Natur bieten wir professionell begleiteten Raum für das Loslassen von Altem und das Einladen von Neuem.

Tobias und Fabienne begleiten Dich und die Gruppe mit offenen Herzen und spürbarer Präsenz. Wir arbeiten ganzheitlich und Prozess orientiert.

Über das Hinzubuchen von Massagen, Körper-, Energie- und Coachingarbeit kannst Du noch intensiver bei Dir ankommen, Altes loslassen und Dich fokussiert neu ausrichten. Alternativ kannst du die freie Zeit tagsüber für private Ausflüge nutzen oder in unserem wunderschönen, riesigen Garten entspannen.

Inklusive:

7 Nächte Unterkunft, Bio-Vollpension laut Plan und nach ayurvedischen Gesundheitsprinzipien. Familiäre Atmosphäre und individuelle Betreuung durch maximal 8-10 Gäste. Nutzung unseres Gartenparadieses über 8 Terrassen und mit beheiztem Pool. Alle Zimmer mit Meerblick und gemeinsamem Aufenthaltsraum mit direktem Gartenzugang. Regelmässige Zimmerreinigung, ausschliesslich mit ökologischen Reinigungsmitteln. Trinkwasser.

Allgemeine Informationen:

Die ruhig gelegene Casita Ayurveda ist gut per Bus erreichbar. Auch die nah gelegenen Strände und Städte können entspannt per Bus besucht werden. Ansonsten gibt es vor dem Haus auch Parkplätze.

Das gesamte Gelände der Casita Ayurveda ist rauchfrei und alkoholfrei. Auf der Gartenterrasse des Pools ist nackt Sein möglich.

Tagesstruktur Seminartage Dienstag, Mittwoch, Freitag, Samstag, Sonntag:

07:30 h	Tee-Zeit
08:00 - 09:30 h	Yoga
10 Uhr	Brunch
11:00 - 12:00 h	<i>Option: Treatment / Massage / Coaching</i>
12:15 - 13:15 h	<i>Option: Treatment / Massage / Coaching</i>
14:00 h	Obst-Zeit
16:00 h	Tee-Zeit
16:15 - 17:15 h	<i>Option: Treatment / Massage / Coaching</i>
17:30 h	Abendessen
18:30 - 20:00 h	Gruppenzeit
21:30 h	Nachtruhe für alle, die schlafen mögen

Mo., 02.01.23 - Anreisetag

16:00 h	Tee-Zeit
16:15 - 17:15 h	<i>Option: Treatment / Massage / Coaching</i>
17:30 h	Abendessen
18:30 - 20:00 h	Gruppenzeit
21:30 h	Nachtruhe für alle, die schlafen mögen

Donnerstag, 05.01.23 - Ausflugstag

07:30 h	Tee-Zeit
08:00 - 09:30 h	Yoga
10 Uhr	Brunch
11:00 - 15:00 h	Zeit in der Natur mit Obst und Tee
17:30 h	Abendessen
18:30 - 20:00 h	Gruppenzeit
21:30 h	Nachtruhe für alle, die schlafen mögen

Montag, 09.01.23 - Abreisetag

07:30 h	Tee-Zeit
08:00 - 09:30 h	Yoga
10 Uhr	Brunch

Optional mit buchbare Angebote

Massagen - Ganzkörper od. Kopf/Füße/Hände od. Energiemassage/Heilsame Berührung

Treatments - ayurvedischer Stirnguss, lokale Vasti-Ölbehandlung, Hot Stone Massage

Coaching - Fokus Coaching, Personal Training, Ayurvedisches Coaching, Yoga Coaching

Paket-Optionen:

Frühbucherrabatt bei Komplettzahlung bis 22.11.22: minus 5%

Basis-Seminar-Paket:

...zu zweit im DZ pro Person: 1.465€

...allein im DZ: 1.640€

Luxus-Variante-Seminar-Paket:

inkl. 2 Massagen, 1 Treatment, 2 Coachings

...zu zweit im DZ pro Person: 1.870€

...allein im DZ: 2.045€

Verwöhn-Seminar-Paket: inkl. 2 Massagen

...zu zweit im DZ pro Person: 1.625€

...allein im DZ: 1.800€

Anfragen für individuelle Pakete und oder Zusatztage beantworten wir gerne per Mail an

info@casita-ayurveda.com

Kennenlern-Angebot:

Gerne können wir uns vorab in einem Video-Gespräch kennenlernen.