



Yoga und Genuss - Wandern - Ferien - die so wohltuend sind, in Kalabrien/ Italien Scalea

vom 27. September bis 4. Oktober 2024



Wir wohnen auf dem idyllischen Anwesen von der Familie Sollazzo, in mitten eines Olivengartens. Es stehen zwei Ferienwohnungen, die mit vier Schlafzimmern, Küche und Bad voll ausgestattet sind zur Auswahl. Für max. 8 Teilnehmer.

Das Haus hat wunderschöne Terrassen, einen herrlichen Garten, der uns ermöglicht Yoga im Freien zu praktizieren. Es ist auch ein Yoga Raum vorhanden.



Wir bekommen vom Haus täglich ein leckeres üppiges Frühstück, mit italienischen Köstlichkeiten, nach der ersten Yogaeinheit.

Das Doppelzimmer pro Person - 55,- inklusive Frühstück. // 385,- für die Woche

Zusätzlich bekommen wir zwei italienische Abendessen, jeweils ein 3 Gänge Menü inklusive Wasser und Wein, am Anreisetag und vor der Abreise, die kosten zusätzlich 60,- pro Person.

An den anderen Tagen können wir in einheimische Trattorien essen gehen, die sich in sehenswerten kleinen Dörfern befinden und uns von der Familie Sollazzo empfohlen werden. (Zu angenehmen Preisen) oder uns auch selbst verpflegen mit frischen Gemüse aus dem eigenen Garten, welches wir mit einem geringen Aufpreis erwerben können.



Es führt ein direkter Weg zum Meer, ca. 20 Minuten zu Fuß.



Wir üben 3 Tage am Morgen je 1,5

Stunden Yoga, in seiner Vielfalt - sanft und dynamisch, im Fluss der Energie, an 3 Nachmittagen je 2 Stunden ein regenerierendes Yoga. An 2 Tagen ist das Yoga am Morgen auf 60 Minuten und am Nachmittag auf 90 Minuten verkürzt, so haben wir genügend Zeit für einen größeren Ausflug an diesen Tagen. **Zeiten können noch einmal variieren.**

Für die Reisekosten und die zusätzlichen Mahlzeiten ist jede/r selbst zuständig. Bitte die Reise mit mir vorher absprechen.

Seminarkosten: inklusive Mehrwertsteuer 450,- Frühbucherrabatt - Anmeldung: bis 05. März 2024 Anmeldung: ab den 6. März 2024 500,-

Ich verbinde meinen Yogastil, - Yoga in seiner Vielfalt mit Sanftheit und Energie, Atem Stimme, und Tanz. Weitere Informationen über mich: www.basisyoga.de //



www.yogatermine-berlin.de

Anmeldung: s.rodeck@basisyoga.de

Sich wieder mit den eigenen Kraftquellen verbinden, „ **Ein Baum, der keinen Regen, keinen Sturm und keine Blitze kennt, entwickelt nicht die Kraft seine Wurzeln tief in die Erde zu senken und hoch in den Himmel zu wachsen...“ unbekannt**

Das Yoga beginnt, wo der Einzelne steht, es ist für alle geeignet, die ihre Praxis erweitern möchten. Im Vordergrund steht das Wohlfühl, die Freundlichkeit zu sich selbst und die Freude am Tun.

Das Flugangebot - Direktflüge: von Düsseldorf - Frankfurt - und München

Oder nach Neapel, von dort aus weiter mit dem Zug.

Der Bhf Central Station in Lamezia liegt nur wenige Minuten vom Flughafen entfernt, da fahren ständig Shuttlebuse.

Von Lamezia Terme nach Scalea gibt es verschiedene Zugverbindungen, schnelle und weniger. Wir können auch einen Mietwagen mieten, wer möchte von Neapel oder tageweise direkt in Scalea, da sind die Preise günstiger.



In Vorfreude auf diese wundervolle Reise nach Calabrien.

Namaste - Silvia



