

Yoga am Meer



YOGAREISE NACH SINTRA/PORTUGAL
19. - 26. MAI 2018 (PFINGSTEN)
OFFICE@INNERFLOWYOGA.DE

Programm

19. Mai (Anreisetag)

18h Abendessen

20h Meditation

20. - 25. Mai

Morgens Yogastunde

Frühstück & Lunchpaket

...and off you go! Deine Tour nach Lissabon, an den Strand oder ins historische Sintra. Du kannst die Natur genießen oder machst den Tag über am Pool lungern gar nichts.

Abends Yogastunde

Superleckeres Abendessen

Täglich gibt es morgens oder abends noch ein yogisches Schmankerl – Pranayama, Meditation am Strand, Mantras singen...

Am 23. steht Dir der Tag nach der morgendlichen Yogastunde und dem Frühstück zur freien Verfügung – Lissabon ist einen Besuch wert, wir empfehlen eine Wanderung entlang der Steilküste oder eine Thai-Yoga-Massagen bei Cordula.



26. Mai (Abreisetag)

7.30h Yogastunde

9h Frühstück

**Early Bird bis 01.01.18
750,- Euro**

Kosten: 780,- Euro

Die Kosten beinhalten Essen, Unterricht und Übernachtung im Doppelzimmer. Die Anreise ist exklusive.

Anreise

Von Lissabon aus fahren regelmäßig Züge direkt nach Sintra. Von dort kann uns das Team der Lodge abholen. Wir raten Euch an, zu mehreren einen Mietwagen zu buchen. Hierfür werden wir eine Kommunikations-Plattform einrichten, damit Ihr Euch absprechen könnt.



Starpine Lodge

Das Team der Star Pine Lodge hat ein Haus kreiert, in dem sich Kunst und Natur harmonisch zusammenfügen. Es gibt einen Pool mit Wasserfall, einen Garten mit Pinien und einer Chill-Out-Ecke, eine Gemeinschaftsküche und WIFI. Wir haben das gesamte Haus für uns und können so richtig entspannen. Außerdem gibt es die Möglichkeit, Mountainbikes auszuleihen, zu klettern oder einen Surfkurs zu besuchen.

Infos unter: www.starpinelodge.com



Umgebung

Die Starpine Lodge ist ein einfaches, aber sehr charmantes Resort am Rand des Naturparks Sintra-Cascais mit seinen grünen Hügeln, steilen Klippen, weißen Stränden und dem tiefblauen Atlantik. Die Stadt Sintra (ca. 10 km entfernt) ist eine der ältesten Städte Portugals, die jahrhundertlang Urlaubsort von Königinnen und Königen war. Aufgrund seiner Paläste und herrlichen Prunkbauten ist die Kulturlandschaft Sintra sogar zum Unesco-Weltkulturerbe ernannt worden. Etwa 40 Kilometer weiter liegt Portugals Hauptstadt Lissabon, die mit herrlicher Architektur, Museen und Cafés auf Dich wartet...



Stornierung

- * bis 3 Monate vor Antritt: 100% Erstattung (abzüglich 75 Euro)
- * bis 6 Wochen vor Antritt: 50% Erstattung
- * unter 6 Wochen vor Antritt: keine Erstattung

Du kannst im Falle des Falles natürlich auch jemanden finden, der/die an Deiner statt die Reise bucht, dann entfallen die Stornierungskosten.

Team



Uli SchuchArt

innerflowyoga.de & facebook.com/innerflowyoga

Cordula Ahlert

cordula-ahlert.de & facebook.com/cordulaahlert

Booking: office@innerflowyoga.de

Infos: 01573/26 66 304 – Cordula