



Europa - Spanien Casa El Morisco: Asthangavinyasa-Yoga - sich (vom Atem) tragen lassen



Endlich mal wieder die Seele baumeln lassen, Auftanken und etwas für sich tun! Innere Stärke und Energie entwickeln sich über eine intensive Yoga Praxis; Sonnengrüße & Verinnerlichung durch Wiederholung der Asana Abfolgen, getragen von tiefen, sanften Atemzügen. Ausdauer und Gelassenheit entfalten sich mit zunehmender Leichtigkeit. Begleitet durch die individuellen Korrekturen und Impulsgebungen der Referentin, wird am Vormittag ein strukturierter Ausschnitt der 1. Serie vertieft, mit dem Ziel, darüber am Ende jeder Einheit in stille Achtsamkeit überzugehen. Die Nachmittage verwenden Sie auf kreative Bewegungseinheiten, Atembetrachtung, Mantren Rezitation, Sitzen und Sein in Stille. Ein Urlaub, der im Alltag noch lange nachwirkt.

Andalusien – seine landschaftliche Schönheit ist weltbekannt, ebenso der Flamenco und die kulturellen Sehenswürdigkeiten. Hier werden die meisten Sonnentage auf dem europäischen Festland gezählt!

Verstecktes Kleinod

Etwa einen Kilometer vom Meer, 20 km östlich von Málaga, liegt die CASA EL MORISCO, umgeben von Hügeln mit Obstbäumen in einem zum Meer hin offenen Tal – ein grünes Paradies, ein Ort der Ruhe und Entspannung. Hier gedeihen subtropische Pflanzen wie Avocado, Feige, Banane und Granatapfel. Das Haus verfügt über drei schöne Seminarhallen, einen Salzwasser-Swimmingpool, Trampolin, Sauna, Liegewiesen, Restaurant und Terrasse mit Meerblick. Die Zimmer sind mit viel Liebe zum Detail eingerichtet und das Team trägt viel zu der persönlichen, ruhigen Atmosphäre auf dem Anwesen bei. Besonders beliebt bei den Gästen sind der „Indische Garten“, der zum Träumen einlädt, und der „Garten der Sinne“ nach Küchelhaus - ein künstlerisch gestalteter Erlebnispark, der spielerisch die Sinne anregt. Abschalten können Sie besonders gut bei den wohltuenden Massagen.

Auch für den Umweltschutz setzt sich die CASA EL MORISCO ein. Die 10 Sonnenkollektoren der Anlage werden für die Erzeugung von warmem Wasser genutzt und die Photovoltaikanlage erzeugt erneuerbare Energie.

Die Schätze Andalusiens entdecken

Den langen Sandstrand von Benjarafe erreichen Sie in 25 Minuten zu Fuß. Hier gibt es Restaurants und Einkaufsmöglichkeiten, Bank, Post und eine Busstation. Das Hinterland Andalusiens mit seinen vielen interessanten Kulturstätten lädt zu Ausflügen und Wanderungen ein.

Wohnen

Die CASA EL MORISCO verfügt über Zweibettzimmer mit DU/WC, Einzelzimmer mit DU/WC und weitere Einzelzimmer mit DU/WC für je zwei Zimmer. Im Winter sind alle Zimmer und Seminarhallen beheizbar. Das Rauchen auf der CASA ist auf eine gemütliche Sitzecke im Freien beschränkt.

Genießen

Es wird eine abwechslungsreiche, schmackhafte vegetarische/vegane Vollverpflegung mit viel frischem Obst und Gemüse angeboten. Die Lebensmittel stammen fast alle aus der Region und sind teilweise aus biologischem Anbau. Das CASA-Team bereitet für Sie ein reichhaltiges Frühstücks- und Abendbuffet zu. Tagsüber stehen ein kaltes Buffet und Früchte der Saison für Sie bereit. Wasser, Tee, Säfte, Bier und Wein sind im Preis enthalten und stehen rund um die Uhr zur Verfügung.

Anreisen

Die Anreise ist ab Deutschland mit dem Flugzeug, Zug oder Bus möglich. Wir bieten Ihnen gerne günstige Linien- oder Charterflüge ab allen großen deutschen Flughäfen an. Sonntags organisiert die CASA EL MORISCO fünf Gratistransfers. Der erste Transfer von der CASA zum Flughafen findet um 7 Uhr statt (Fahrzeit ca. 1 Std. zum Flughafen Málaga), die letzte Abfahrt vom Flughafen zur CASA ist um 20 Uhr.

▸ Leitung

Frauke Schütte: Frauke Schütte, Kirtan- Sängerin Yogalehrerin BDY/ EYU und Fastenleiterin (dfa), Yoga-Stile: Asthangavinvasa-Yoga, Poweryoga nach Bryan Kest, Schülerin von Dr.Shrikrishna Bhushan Tenshe - Pranayama und Meditation. Leitung des Yogaforums Düsseldorf mit Martin Henniger.

▸ Termine & Preise

Reise Nr.	von	bis	Preis in EUR
2ESH0912	29.04.12	06.05.12	940,00

▸ Teilnehmerzahl

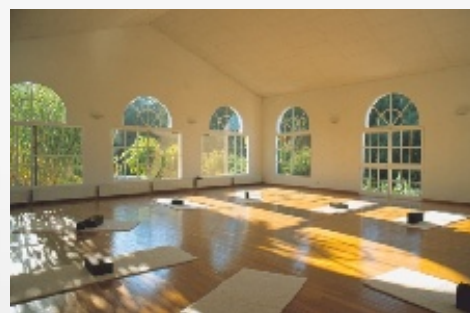
Min. Teilnehmerzahl: 6
Max. Teilnehmerzahl: 20

▸ Leistungen

sonntags 5x Gratisammeltransfer vom/zum Flughafen Málaga zwischen 7 und 20 Uhr • Übernachtung im ½ Zweibettzimmer mit eigener Dusche/WC • vegetarisches/veganes Ganztagesbuffet einschließlich Getränke (auch Wein) • Ferienkurs • tägliche Gruppenbetreuung durch die Seminarleitung • Begrüßungstreffen • Infopaket

▸ Zusätzliche Leistungen

Weitere buchbare Leistungen	Preis in EUR (ab)
EZ mit geteilter Dusche/WC:	60,00
EZ mit geteilter Dusche/WC an der Terrasse:	105,00
kleines EZ (ca. 9 m²) mit eigener Dusche/WC:	105,00
EZ mit eigener Dusche/WC:	145,00



▸ Detailprogramm und Buchung

NEUE WEGE Seminare und Reisen GmbH • Niels-Bohr-Str. 22 • D-53881 Euskirchen
Tel:+49-(0)2255-9591-0 • Fax: +49-(0)2255-9591-70 • info@neuewege.com • www.neuewege.com

Detailinformationen im Internet: <http://www.neuewege.com/Spanien-Casa-El-Morisco-Asthangavinyasa-a15721.html>