

ACHTSAMES YOGA, ATEMTECHNIK UND EINE PRISE PILATES

KURSNUMMER: OUC 25
KURSZEIT: ca 3-4 Std./Tag
PREIS: € 989



inside  travel
Reisen für dich. Zu dir.

**Iris Bendick & Ulrike
Drechsler:**

13.09.-20.09.2025

Aus dem Kopf ins Herz, zurück zur Quelle: Wir kombinieren achtsames Hatha/Ayur Yoga mit ruhigen Atemtechniken u.a. Buteyko. „Yoga mit Herz“ lässt dich wieder bei dir selbst ankommen. Entdecke kraftvolles Pilates für deinen Rücken und erfahre an diesem herrlichen Ort die richtige Balance zwischen Muskelkraft und Dehnung. Peter Hess® Therapieklangschalen fördern deine Tiefenentspannung. Erlebe Ruhe in der Meditation und finde deine innere Stille.

BUCHUNGSTIPP:

Bei Buchung bis zum 25.05.2025 erhalten Sie € 50 Rabatt.

INKLUSIVLEISTUNGEN:

- Unterbringung zu zweit im DZ (großes Apartment, Kategorie 2 mit geteilten Bad und Wohnküche, Preisgruppe A (ohne Meerblick))
Gegen Aufpreis:
 - ➔ DZ zur Alleinbenutzung: 50 € - 100 € pro Person & Woche
 - ➔ Kategorie 1 (= eigene DU/WC): 30 - 40 € pro Person & Woche
 - ➔ Preisgruppe B (= eingeschränkter Meerblick): 20 € pro Person & Woche
 - ➔ Preisgruppe C (= Meerblick, bessere Ausstattung): 60 € pro Person & Woche
- Teilnahme am Ferien-Seminar
- Vegetarische Halbpension
- Sammeltransfer ab/bis Flughafen Korfu