



balancecoaching  
**just you.**



# Jogaferien am Meer

**DEINE AUSZEIT VOM ALLTAG MIT VERSCHIEDENEN AKTIVITÄTEN**

28. Mai – 3. Juni 2017 im Seven Hostal, Cala Millor, Mallorca



Tägliche Yogaklassen, Wanderungen, Aktiv-Programm nach Möglichkeiten und Wünschen



# Programm

## Sonntag

Individuelle Anreise, evtl. Yoga-Klasse am frühen Abend, Apéro und gemeinsames Abendessen

## Montag

Yoga-Klasse 08.30 – 09.30 Uhr, Frühstück 09.45 – 10.45 Uhr, Zeit zur freien Verfügung, Abend-Meditation am Meer 17.00 – 17.45 Uhr

## Dienstag

Yoga & Frühstück, am späteren Nachmittag Wanderung durch das unberührte und magische Naturschutzgebiet Punta de n'Amer nach S'Illot. Meditation am Meer, gemeinsames Apéro und Abendessen in S'Illot

## Mittwoch

Yoga, Frühstück, anschliessend wunderschöne Küstenwanderung von der Cala Romantica zur Cala Barques mit Aufenthalt in einer traumhaften Bucht inkl. Meditation vor Ort

## Donnerstag

Yoga-Klasse 08.00 – 09.00, Frühstück 09.15 – 10.15 Uhr, Tagesablauf je nach Wunsch und Befinden (Radtour, Nordic Walking, Wanderung)

## Freitag

Yoga, Frühstück, Tag zur freien Verfügung, Abend-Meditation 17.00 – 17.45 Uhr, gemeinsames Apéro und Abendessen ab ca. 19.30 Uhr

## Samstag

Frühstück 9.00 – 11.00 Uhr, Check-out, Verabschiedung, individuelle Abreise

Die Yogaklassen eignen sich auch für Yogaeinsteiger. Die Wanderungen sind mit normaler Kondition gut machbar und dauern zwischen 2.5 - 3 Std. Es wird in kleinen Gruppen gearbeitet, damit auch auf individuelle Bedürfnisse der einzelnen Teilnehmenden eingegangen werden kann. Das Programm kann je nach Wetter und Bedürfnissen angepasst werden.



*Ich freue mich auf unvergessliche Ferienmomente mit dir!*



# Unterkunft

Seven Hostal ([www.seven-hostal.com](http://www.seven-hostal.com)) ist ein Charity Hostal, mit dem Leitsatz: Jeder sollte von dem was er verdient einen kleinen Teil abgeben an diejenigen, die sich tagtäglich für Menschen und Tiere, welche es nicht so gut haben, einsetzen. Mit anderen Worten bedeutet das, dass von jeder Übernachtung 1€ an zwei soziale Institutionen auf der Insel gespendet wird (ein Tierheim und eine Institution für Arbeitslose).



# Preise

Die Preise verstehen sich pro Person für 6 Übernachtungen inklusive Frühstück, Kurtaxen, tägliche Yoga-Klassen und Ausflüge / Wanderungen. Flug und Transporte sind exklusiv.

**Einzelzimmer** für 1 Person / CHF 920.00

**Doppelzimmer** für 2 Personen / CHF 795.00

**Doppelzimmer** zur Einzelbenutzung / CHF 965.00

**Charity Zimmer** für 2 Personen / CHF 830.00

**Charity Zimmer** zur Einzelbenutzung / CHF 1'022.00

**Lounge Zimmer** für 2 Personen / CHF 860.00

**Lounge Zimmer** zur Einzelbenutzung / CHF 1'085.00

**Einzelzimmer Budget** für 1 Person / CHF 780.00





# Anmerkungen

## Allgemein

Die Preise gelten bei einer Mindestteilnehmerzahl von 6 Personen und basieren auf dem Wechselkurs EUR/CHF -1.07. Bei starken Kursschwankungen können die Preise angepasst werden.

## Charity-Zimmer

Das Zimmer wurde speziell eingerichtet, ist grösser als die Standard Zimmer, verfügt über eine Klimaanlage, Flachbild TV, eigenes Bad, kostenloses Wi-Fi und vom Zimmer und Balkon kann ein herrlicher Blick über die Bucht von Cala Millor genossen werden. Vom Ausblick her sicherlich das schönste Zimmer im ganzen Hostal! Bei der Buchung des Charity-Zimmers gehen pro gebuchte Nacht sieben Euro an die vom Seven Hostal unterstützten Hilfswerke (Charity).

## Lounge-Zimmer

Die romantischen Lounges bestehen aus jeweils zwei Zimmern, einem Doppel-Balkon, eigenes Bad, kostenloses Wi-Fi und zwei Flachbild TV. Ebenfalls sind die Lounges mit Klimaanlage und einer Schlafcouch ausgestattet. Durch die zwei Zimmer ist die Lounge ebenfalls ideal als Familienzimmer.

## Budget Zimmer

Diese Zimmer sind sehr klein, haben keine Aussicht und keinen Fernseher.

## Zimmeranzahl

Es sind 7 DZ, 2 EZ, 2 Budget, 2 Lounge und 1 Charity Zimmer vorhanden.

## Die An- und Abreise

ist persönlich zu organisieren und nicht im Preis inbegriffen (nach Absprache gemeinsame Anreise ab Bern-Belp).

## Flughafentransfer

nach/von Cala Millor in der Gruppe (EUR 30 pro Person/Fahrt) oder individueller Transfer auf Wunsch möglich.

## Zusatzkosten

Transportkosten für Ausflüge, Massagen oder Ayurvedische Beratung können vor Ort gebucht und Bar bezahlt werden.

## Versicherung

Die Versicherung ist die Sache der Teilnehmer. Es wird eine Versicherung empfohlen.

## Die Teilnehmerzahl

ist beschränkt und wird nach Anmeldung berücksichtigt.

**ANMELDESCHLUSS IST DER 5. MAI 2017.**



Nadja Treier

Dipl. Bewegungs- und Entspannungcoach

Eidg. Dipl. Yogalehrerin

Wilerweg 34, 3280 Murten, Mobile 079 641 85 39

info@just-you-coaching.ch, www.just-you-coaching.ch



# Verbindliche Anmeldung

Anmeldeschluss 5. Mai 2017

Name \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

PLZ / Ort \_\_\_\_\_

Telefon Privat \_\_\_\_\_

Telefon Mobile \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Geburtsdatum \_\_\_\_\_

**Ich nehme an der Yoga Woche vom 28. Mai – 3. Juni 2017 im Seven Hostal, Cala Millor, Mallorca teil und erkenne die folgende Reisevereinbarungen an:**

Stornosätze bei der Reise (Vergütung bei Nichtantreten der Reise)

- a) ab 30. bis 15. Tag vor Reisebeginn 80% des Reisepreises
- b) ab 14. Tag vor Reisebeginn 90% des Reisepreises
- c) bei Nichtantritt der Reise 90% des Reisepreises

\_\_\_\_\_  
Datum / Ort

\_\_\_\_\_  
Unterschrift