



Nichts ist gesünder als das Erleben purer Lebensfreude und Entspannung. Stell dir vor, du bist in einer wunderschönen Gegend, in einem friedlichen Ort umgeben von malerischer Naturvielfalt. Du hast Zeit für dich selbst, für deinen Körper und deine Yogapraxis. Du hast Zeit deine Seele baumeln zu lassen und dich deinem Wohlbefinden zu widmen. All das und noch viel mehr erwartet dich in Santa Maria del Sole, einer Oase der Ruhe & Kraft, inmitten der Schönheit Südtaliens.

Seit 2010 ist Santa Maria del Sole ein regelmässig besuchter Yoga Retreat Standort von athayoga zurich in Italien.

Ort



Santa Maria del Sole liegt in Apulien, am Absatz von Südtalien. Die Masseria, ein typisches Gehöft dieser Gegend, liegt auf einer Anhöhe mit wunderbarer Aussicht auf das Itria-Tal und ist 30 Minuten vom Meer entfernt. Das Haus widmet sich ausschliesslich dem Yoga und der Meditation und hat eine ganzheitliche Vision gegenüber dem Leben, dem respektvollen Umgang mit der Umwelt sowie der Tradition. Das 15 Hektaren umfassende Grundstück ist übersät von Jahrhunderte alten Eichen und Olivenbäumen und wird von der reinen Luft und viel Sonnenschein genährt. Santa Maria del Sole ist zudem für die exzellente bio-vegetarische Küche bekannt.

www.santamariadelssole.it

Thema der Woche



Energie tanken, geniessen und entspannen.

Wir werden uns täglich der Yogapraxis (Pranayama, Asanas, Meditation und Philosophie) widmen. Der Unterricht findet jeweils am Vormittag und am späten Nachmittag im hauseigenen Yogaraum oder in der spätsommerlichen Natur statt. Jeder Tag wird einem speziellen Thema zugeordnet. Daneben besteht die Möglichkeit, die wunderschöne Gegend zu erkunden, sei es ein Ausflug ans Meer oder in eines der nahe gelegenen idyllischen Städtchen. Fahrrad fahren, Wandern, den Pool geniessen oder bei einer Massage die Seele baumeln zu lassen.

Unterkunft



Es stehen uns stilvolle und gemütliche 1-er, 2-er oder 3-er Zimmer zur Verfügung. Jedes Zimmer ist mit eigenem Bad/WC/Dusche ausgestattet.

Leitung



Carolina Waibel, 079 413 21 58

Dipl. Yogalehrerin, Leiterin von athayoga zurich

www.athayoga.ch

Anmeldung & Konditionen

Die Reservation ist erst mit der Anzahlung von CHF 500.- definitiv und verbindlich. Dieser Betrag ist bei einer Reiseannulation verfallen und kann nicht mehr zurück erstattet werden. Der Restbetrag wird bis und mit 31. Mai 2012 fällig. Der Abschluss einer Reiseannulations-Versicherung ist Sache des Teilnehmers. Entsprechend den Vertragsbedingungen der Reisegesellschaft und des Resorts kann ab dem 1. Juni 2012 kein Rücktritt mehr akzeptiert werden.

Bei Fragen oder für weitere Informationen: Carolina 079 413 21 58 oder via Email an info@athayoga.ch.

Anmeldung bitte via Email an info@athayoga.ch unter Angabe von Name / Vorname (gemäss Eintrag in Pass oder ID!) sowie der vollständigen Adresse und deiner Zimmerwahl. Vielen Dank.

Anreise



Wir fliegen gemeinsam mit Air Berlin von Zürich nach Brindisi. Der Abflug ist am Fr. 17. August 2012 um 18.00 Uhr. In Brindisi werden wir von unseren Gastgebern abgeholt und fahren in das ca. 40 Min. entfernte Dörfchen. Für die Rückreise am Fr. 24. August 2012, werden wir ebenfalls vom Gastgeber zum Flughafen gefahren. Voraussichtliche Rückankunft in Zürich 22.35 Uhr.

Kosten



Für 6 Nächte / 7 Tage

Vollpension inkl. Yoga und Flug-/Reisekosten

CHF 1'970.- im Einzelzimmer (beschränkte Anzahl)

CHF 1'750.- im Doppelzimmer (pro Person)

CHF 1'590.- im Dreibettzimmer (beschränkte Anzahl)