

En vecka med hälsa i fokus

21 - 28 sep

För dig som vill kombinera stillhet, mjuk yoga, rörlighetspass, workshops för kropp och själ, Breathwork och en lättare vandring under en och samma resa. En vecka där glädje och närvaro är i fokus. Du behöver ingen tidigare erfarenhet av varken yoga, träning eller vandring. Våra gruppleadare, Camilla & Maria, möter dig där du är!

Vi på Casa Limones tillsammans med
Maria Ejdetjärn & Camilla Trolle bjuder på:

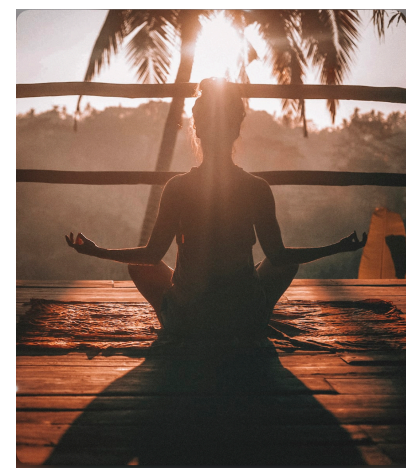
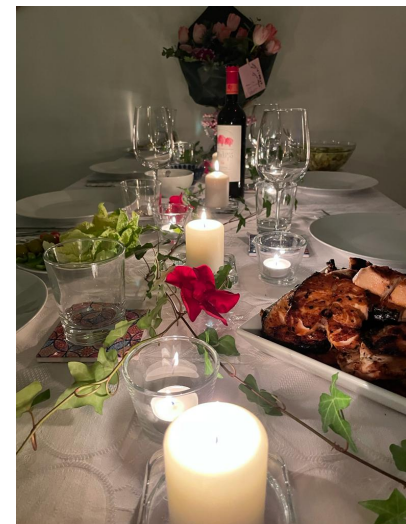
Välkomstdrink med tilltugg
Frukostbuffé varje morgon
Morgonyoga varje dag
Kall lunchbuffé tre dagar
Breathwork
En dag med vandring
Rörlighetsträning
Workshop
Avslutningsmiddag

Boka med en kär vän, kollega eller familjemedlem och njut av en vecka i Nerja tillsammans med oss.
Varmt Välkomna!

Kostnad: 695€

Flyg & transfer ingår INTE utan vi rekommenderar flyg för varje grupp, så att ni åker så samlade som möjligt. När gruppen har uppnått sitt minimimantal skickas mejl ut med information om flyg & transfer.

Boka genom att mejla oss på: info@casalimonesnerja.com



Mer info om boendet:

Casa Limones ligger i kustpärlan Nerja (uttalas Närcha) som ligger cirka 5 mil öster om Malaga i Andalusien på det som kallas Solkusten och namnet kommer utav sina 320 soldagar om året.

Pensionatet ligger 2 km från Nerja centrum och består av 6 sovrum (dubbel/trippelrum) med 14 sovplatser fördelat på två våningar med trädgård, terrass och takterrass med utsikt över både berg och hav samt en pool på området.

Givetvis finns internet och fullt utrustade tvättstugor för din bekvämlighet.

Extra information:

Anmälningsavgiften på 250 EUR betalas vid bokningstillfället och återbetalas om gruppen, mot förmodan, blir inställd.

Resterande belopp inbetalas in en månad innan avresa.

Vid giltigt förfall betalas det resterande beloppet tillbaka.

Anmälningsavgiften kan man få tillbaka via sin reseförsäkring.

Vi skickar ut ett meddelande när vi uppnått minimiantal för gruppen. I anslutning till det bifogar vi förslag på lämpligt flyg.

Gruppen blir maximalt 10 personer.

Varmt Välkomna!
Camilla, Maria & Ella