25. Oktober bis 1. November 2020

Intensive Balance Retreat mit Mark
an der sanften Küste Andalusiens, Spanien

Intensive Balance Retreat
Energie tanken mit Yoga und Meditation

Ein Balance Retreat schafft innerhalb kürzester Zeit eine Atmosphäre, in der der Alltag mit den täglichen Verpflichtungen weit entfernt und unwichtig erscheinen lässt. In diesen Wochen herrscht eine Stimmung, in der Zeit und Raum gegeben wird für die zentralen Themen des menschlichen Lebens. Dies ist die Grundlage, um Raum zu schaffen für wirklich Neues. Was für ein Abenteuer!

In diesem Balance Retreat werden wir jeden Tag zwei volle Yogaklassen in der Casa Morisco haben. Eine Klasse am Morgen und eine entspannende, restorative am Abend. Dazwischen bleibt Zeit für Spaziergänge, Beachlife, spezifische Workshops zu Asana, Pranayama oder Meditation, Lesen, sich eine erholsame Massage gönnen, oder einfach die Seele baumeln lassen im beruhigenden Garten der Casa.

Der 1000m2 grosse Garten der Casa El Morisco bietet mit Swimmingpool, Sauna, Sonnenterrasse, Liegewiesen und einem Garten der Sinne viele lauschige Plätzchen zum Verweilen.

«My best description is that it felt like swimming that once you got into a rhythm you felt that you could go on and on forever – a lovely feeling which means to me the body, breath and mind are all working in harmony.» Jonathan

Mark Wuest widmete einen grossen Teil seines Lebens dem besseren Verständnis seines Körpers und Geistes. Bis zum heutigen Tag ist dieser Weg voller Entdeckungen und Erfahrungen für ihn. Als ausgebildeter Yogalehrer wird er besonders geschätzt weil er seine eigenen Erfahrungen mit Klarheit, Mitgefühl und Enthusiasmus mit seinen SchülerInnen teilt. Er hat Respekt für jeden einzelnen seiner Schüler und er weiss, dass Yoga ein Leben positiv beeinflussen und verändern kann.

Informationen und Anmeldung:
> www.markwuest.ch

«Nach 2-3 Tagen hat sich mein Körper und Geist verwandelt und ich konnte wieder klar sehen was meine Bedürfnisse sind» Elvira

Kursleitung
Mark Wuest

Retreatdaten
25. Oktober bis 1. November 2020

Anreise
Die Anreise erfolgt individuell
Bei Fragen zur An- oder Rückreise, könnt Ihr uns gerne kontaktieren.

Kurskosten
CHF 1'380.- pro Person im Doppelzimmer (kontaktiere uns bitte für Einzelzimmer)

Early Bird
CHF 1'290.- pro Person im Doppelzimmer bei Anmeldung und Kursgeldzahlung bis 25. Juli 2020

Im Preis inbegriffen
- Alle Mahlzeiten
- Transfer Flughafen
- Yogaunterricht und Workshops

Im Preis nicht inbegriffen
- Flug
- Massage
- Individuelle Ausflüge

AGB
- Zur Reservation des Platzes bitte CHF 300.- mit dem gesendeten Einzahlungsschein (nach der Anmeldung) überweisen.
- CHF 90.- Frühbucherrabatt: Im Doppelzimmer, bei Anmeldung und bei vollständiger Zahlung bis 25. Juli 2020.
- Das Kursgeld wird rückvergütet (ausgenommen Reservations-Depot) bei Kündigungseingang zwischen dem 26. Sept. - 3. Okt.: 75%, 4. - 10. Okt.: 50%, 11. - 17. Okt.: 40%, 18. Okt. – 24. Okt.: 20%
- Das Kursgeld muss bis 30. August 2020 einbezahlt sein.
- Wir empfehlen eine Reiseversicherung auf Flug und Kurs im Falle von Krankheit usw.