



Back to the roots

Retreat IN MONTENEGRO

Details, Termine & Anmeldung



+382 67183532

INFO.OLEAMONTE@GMAIL.COM

WWW.OLEA-MONTE.COM



Yoga Retreat mit Stefanie

19.10.2024 - 26.10.2024

mit Meditation & Yoga innere Ruhe finden

Gönn dir eine Woche Auszeit vom Alltag - nimm Dir Zeit für deinen Körper, deine Seele und deinen Geist und finde zurück zu deinen Wurzeln. An der Küste Montenegros bietet dieses Retreat in einem kleinen privat geführten Seminarhaus mit schönem Garten mit Pool sowie großer Dachterrasse mit tollem Meerblick die perfekte Möglichkeit sich und seinem Körper etwas Gutes zu tun. Übernachtet wird in den gemütlichen Einzel- bzw. Doppelzimmer inkl. vegetarischer Halbpension im Seminarhaus oder in unmittelbarer Nähe. Die täglichen Yogaeinheiten sowie Meditationen und ein abwechslungsreiches Ausflugsprogramm machen dieses Angebot zu einem unvergesslichen Yoga Retreat in dieser Oase in Montenegro. Seid mit dabei und meldet euch an!



Inklusivleistungen

- ✓ 7 Übernachtungen im Einzel- oder Doppelzimmer mit Halbpension (vegetarisch)
- ✓ Flughafentransfer
- ✓ Kursprogramm
2 x täglich Session
1,5 h Yoga/ Meditation
- ✓ Ausflugsprogramm:
3 Ausflüge inkl. Transfer, Guide & ggf. Eintrittsgebühren
- ✓ erfahrene deutsche Seminarhausleitung
- ✓ qualifizierte dt. Trainer & Coaches
- ✓ kleine Gruppen - max. 10 Teilnehmer

Kursprogramm*

- SA** Anreise - Abholung am Flughafen
Yoga & Meditation zum Ankommen
- SO** aktivierende Yogasession am Morgen
Ausflug Stari Bar
langsamer Yoga Flow am Abend
- MO** Vinyasa Flow am Morgen
Yoga Abend-Session am Strand
- DI** aktivierende Yogasession am Morgen
Ausflug Skadar Lake
Yin Yoga & Meditation am Abend

- MI** Vinyasa Flow am Morgen
Vortrag zum Thema Heilung auf energetischer Ebene von Rudy
langsamer Yoga Flow am Abend
- DO** aktivierende Yogasession am Morgen
Ausflug Ulcinj
Yoga Abend-Session am Strand
- FR** Vinyasa Flow am Morgen
Yin Yoga & Meditation am Abend
- SA** Abreise - Transfer zum Flughafen

*Beispiel Kursprogramm - Programmänderungen vorbehalten

1090 € / Person im Einzelzimmer

990 € / Person im Doppelzimmer

Optionale Leistungen

- ✓ Energiesitzung bei Rudy Alexander Daniel 80,- €/ Sitzung
- ✓ Cranio Sacrale Behandlung bei Stefanie 60,- €/ Behandlung

✓ **Urlaubsverlängerung:**

Seminarzentrum mit Selbstverpflegung ab 35,- € / Nacht im Doppelzimmer
Hotel mit Halbpension direkt am Sandstrand ab 100,-€ / Nacht im Doppelzimmer

Ausflugsprogramm

- Ausflug nach Stari Bar mit gemeinsamen Mittagessen & anschließender Führung in der alten Festung
- Bootstour im Nationalpark Skadarsee mit Besuch der Klosterinsel Kom inkl. montenegrinischen Snacks & Getränken
- Ausflug in die Altstadt von Ulcinj und anschließendem Badeaufenthalt am 13 km langen Sandstrand

