

# ERWECKE DEINE KRAFT YOGA RETREAT

Priorisiere dich und verbringe eine wohltuende Woche in der wunderschönen Türkei mit uns.

## DATUM

7. - 13. Juni 2026  
6 Nächte / 7 Tage

## ORT

Yenice Vadi  
Mugla, Türkei  
Flughafen: Dalaman (DLM) oder Bodrum (BJV)  
beide sind ungefähr 1 Std. und 20 Min entfernt

## KOSTEN

ab 790€ (abhängig von Zimmerkategorie)

### **Was ist inbegriffen:**

6 Nächte Unterkunft  
Vegetarische Mahlzeiten (Frühstück, leichtes Mittagessen, Abendessen)  
Gefiltertes Leitungswasser  
11 x Yoga Einheiten  
1 x Workshop  
1 x Gruppen-Coaching  
*Yoga Matten, Meditationskissen, Blöcke und Gürtel werden zur Verfügung gestellt*

### **Was ist nicht inbegriffen:**

Flugticket  
Transfer (kann gegen Gebühr arrangiert werden)  
Bootsausflug und weitere Ausflüge  
Persönliche Ausgaben

## TYPISCHER TAGESABLAUF

07:45 - 09:40 Yoga inkl. Meditation und Atemübung  
09:45 Traditionelles türkisches Frühstück  
Vormittags: **Geführter Spaziergang / Ausflug / Workshop / Coaching (1 x ganztägiger Bootsausflug)**  
14:00 Leichtes Mittagessen  
Freizeit (Schwimmen, lesen, Zeit-für-dich)  
17:30 - 19:00 Yin Yoga / Yoga Nidra / Restaurative Yoga  
19:15 Abendessen  
21:15 - 21:30 Übung zum Abschließen des Tages (optional)



## NILDA EPING

Yoga Lehrerin und Integrativer Ernährungs- und Gesundheits-Coach  
Maresia Health & Yoga  
info@maresiahealth.com  
www.maresiahealth.com



# WEITERE WICHTIGE INFORMATION

Priorisiere dich und verbringe eine wohltuende Woche in der wunderschönen Türkei mit uns.

## FLÜGE UND TRANSFER

Die nächstgelegenen Flughäfen sind Dalaman und Bodrum (1 Std 20 Min von der Unterkunft entfernt). Flüge und Transfers sind NICHT im Kurspreis enthalten. Dies hängt von der Anzahl der Passagiere ab. Bitte schreibe mir, wenn du einen Transfer benötigst, damit das Retreat-Zentrum diesen direkt mit dir organisieren kann.

## ANZAHLUNG

Dein Platz ist bestätigt, sobald eine nicht erstattungsfähige Anzahlung von 30% eingegangen ist.

## STORNO

Beide Parteien haben das Recht, das Retreat aus einem triftigen Grund zu stornieren. Eine Stornierung mit Kündigungsfrist muss schriftlich erfolgen. Bitte beachte, dass die Anzahlung bei einer Stornierung durch den Kunden nicht zurückerstattet werden kann. Bei einer Stornierung nach dem 24. April wird eine Stornogebühr von 100% fällig.

## EXTRA AUSFLÜGE:

Alle zusätzlichen Aktivitäten müssen direkt beim Hotel gebucht werden.

Diese kosten extra und sind nicht im Preis des Retreats enthalten.

Ich plane eine Wanderung im Mugla Canyon mit einem anschließendem Marktbesuch & Mittagessen in Mugla zu organisieren. Die Kosten hierfür und für den Bootsausflug sind nicht im Paketpreis enthalten.

Sobald du dich für ein Zimmer entschieden hast, sende bitte eine E-Mail an **info@maresiahealth.com** mit dem Betreff „Retreat Türkei“. Du erhältst dann die Information, eine Anzahlung von 30% pro Person zu leisten. Sobald die Anzahlung eingegangen ist, ist dein Platz vorbehaltlich der allgemeinen Geschäftsbedingungen bestätigt. Wenn du etwas auf diesem Informationsblatt nicht findest, schreibe mir gerne eine E-Mail und ich werde dir so schnell wie möglich antworten. Wir freuen uns sehr darauf, dieses Retreat zu veranstalten und freuen uns darauf, dich in der wunderschönen Türkei zu sehen.

## DAS TEAM



**Nilda** – zertifizierte 500-RYT Yogalehrerin und Gesundheitscoach

Nach Jahren im Unternehmensumfeld folgte sie ihrer Leidenschaft für ganzheitliches Wohlbefinden. Ausgebildet in Brasilien und Costa Rica, kombiniert sie Vinyasa, Hatha und Yin Yoga mit Atemtechniken, Meditation und Entspannung – für alle Levels.

Nilda schafft einen achtsamen Raum, in dem du deinen eigenen inneren Lehrer entdecken kannst. Als Health Coach betont sie die enge Verbindung zwischen Lebensstil und Gesundheit.

**Thomas** - zertifizierter 200-RYT Yogalehrer (Bali) und Meditationslehrer (Brasilien)

Thomas unterstützt Nilda während des Yoga-Retreats – mit frischer Energie und echter Begeisterung. Mit seiner herzlichen Art und seinem Humor sorgt Thomas für eine fröhliche, offene Atmosphäre und inspiriert andere ganz natürlich. Er freut sich darauf, seine Begeisterung für Yoga zu teilen und das Retreat mit Leichtigkeit, Freude und positiver Energie zu bereichern.



# ZIMMERKATEGORIEN

Du hast die Wahl zwischen Einzel-, Doppel- und Dreizimmerbelegung und verschiedenen Zimmertypen, je nach deinen Vorlieben und deinem Budget.

## SAGE UND ROSEMARY CHALET

3 Einzelbetten  
Bad  
Veranda

**960 €** pro Person im Dreibettzimmer  
**1.020 €** pro Person im Doppelzimmer



RESERVIERT

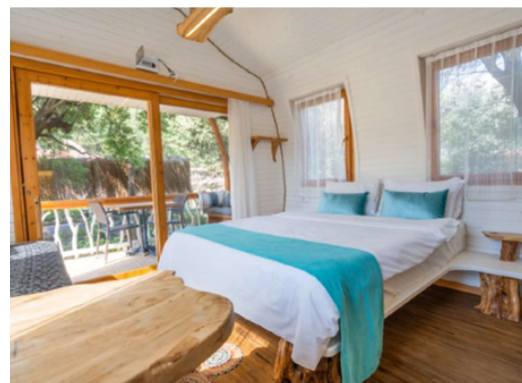


## OLIVE COTTAGE

Balkon  
2 Zimmer Häuschen  
Bad

**1.210 €** pro Person in Einzelbelegung  
**1.010 €** pro Person in Doppelbelegung

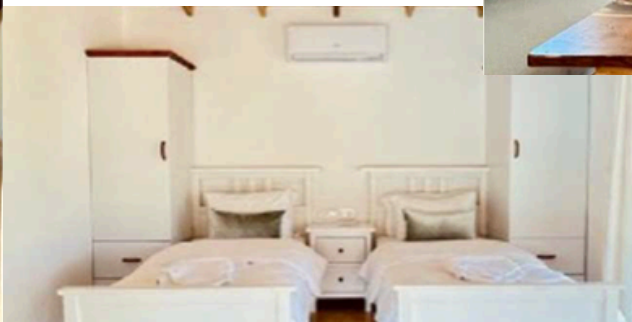
RESERVIERT



## OLEANDER COTTAGE

2 Schlafzimmer  
2 Bäder  
1 Kingsize Bett und 2 Einzelbetten  
Wohnzimmer  
Privater Garten und Pool

Doppelbelegung: **1.780 €** pro Person  
Dreifachbelegung: **1.780 €** und 2 x **1.350 €** pro Person  
Vierfachbelegung: 4 x **1.350 €**



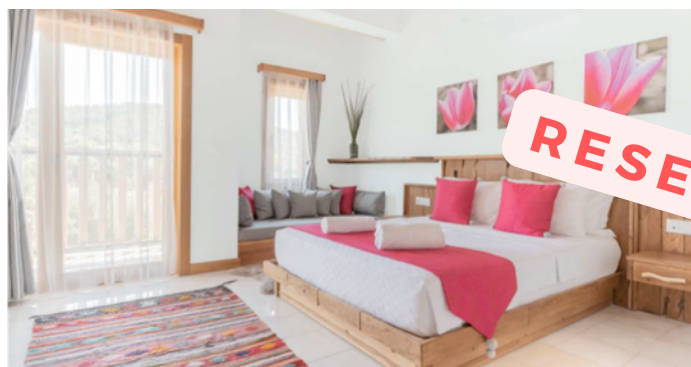
# ZIMMERKATEGORIEN

## LAVENDER HOTELZIMMER

1 Kingsize Bett  
1 Einzelschloft  
Bad  
Jacuzzi  
kleiner Balkon

**1.020 €** pro Person in Doppelbelegung

**1.280 €** pro Person in Einzelbelegung



## TULIP HOTELZIMMER

1 Kingsize Bett  
1 Einzelschlafcoach

kleiner Balkon

**1.020 €** pro Person in Doppelbelegung

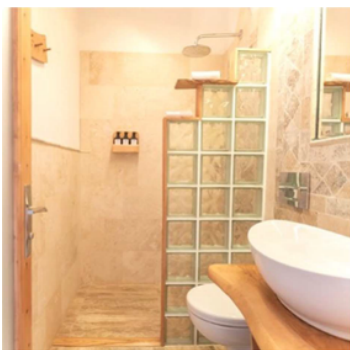
**1.280 €** pro Person in Einzelbelegung

## MARIGOLD HOTELZIMMER

1 Kingsize Bett  
1 Einzelschlafcoach  
Jacuzzi  
kleiner Balkon

**1.020 €** pro Person in  
Doppelbelegung

**1.280 €** pro Person in  
Einzelbelegung



## LILAC HOTELZIMMER

1 Kingsize Bett  
Bad  
kleine Terasse

**1.010 €** pro Person in  
Doppelbelegung

**1.210 €** pro Person in  
Einzelbelegung



# ZIMMERKATEGORIEN



## LILY HOTELZIMMER

1 Kingsize Bett  
Bad  
Private Terasse

**RESERVIERT**

1.010 € pro Person in  
Doppelbelegung  
**1.210 €** pro Person in  
Einzelbelegung



## ROSE HOTELZIMMER

3 Einzelbetten  
Bad  
Private Terasse  
Erdaeschoss

**RESERVIERT**

1.010 € pro Person im  
Dreisitzer  
**1.010 €** pro Person in  
Doppelbelegung



## GLAMPING

2 x Einzelbetten  
220v Steckdosen  
Bettwäsche und Handtücher inklusive  
Veranda

Privates Bad:

**980 €** pro Person in Doppelbelegung

**1130 €** pro Person in Einzelbelegung

Gemeinschaftsbad:

**900 €** pro Person in Doppelbelegung

**980 €** pro Person in Einzelbelegung

