# **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

<u>Yenice Vadi</u> 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

1x 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 / Karma Yoga / 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, schreib 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



# RE

# **OLIVE COTTAGE**

Balkon

SERVIERT
Bad

1.210 € pro Person in Einzelbelegung1.010 € pro Person in Doppelbelegung



# **OLEANDER COTTAGE**

2 Schlafzimmer

2 Bäder

1 Kingsize Bett und 2 Einzelbetten

Wohnzimmer

Privater Garten und Pool

Doppelbelegung: 1.560 € pro Person

Dreifachbelegung: **1.560 €** und 2 x **1.185 €** pro Person

Vierfachbelegung: 4 x **1.185€** 





# ZIMMERKATEGORIEN

# LAVENDER HOTELZIMMER

1 Kingsiz

Jacuzzi kleiner Balkon

**1.020 €** pro Person in Doppelbelegung 1.280 € pro Person in Einzelbelegung





# TULIP HOTELZIMMER

1 Kingsize Bett 1 Einzelschlafcoach

1.020 € pro Person in Doppelbelegung 1.280 € pro Person in Einzelbelegung

# MARIGOLD HOTELZIMMER



1 Kingsize Bett 1 Einzelschlafcoach Jacuzzi

klema

1.020 € pro Person ... Doppelbelegung 1.280 € pro Person in Einzelbelegung



# LILAC HOTELZIMMER



1 Kingsize Bett Bad

ate Terasse

1.010 Doppelbelegung 1.210 € pro Person in Einzelbelegung



# ZIMMERKATEGORIEN



# LILY HOTELZIMMER

1 Kingsize Bett Bad Private Terasse

ERVIERT

Doppelbelegung

1.210 € pro Person in

Einzelbelegung



# ROSE HOTELZIMMER

3 Einzelbetten Bad Private Terasse Erdaeschoss

VIERT rson im

**1.010 €** pro Person in Doppelbelegung



### GLAMPING

2 x Einzelbetten 220v Steckdosen Bettwäsche und Handtücher inklusive Veranda

Privates Bad:

**860 €** pro Person in Doppelbelegung **995 €** pro Person in Einzelbelegung

Gemeinschaftsbad:

**790 €** pro Person in Doppelbelegung **860 €** pro Person in Einzelbelegung



