

Oceano Yoga Escape, Teneriffa - 8 Tage

Yoga & Ayurveda im 4**** OCEANO Health Spa. Flexible An- und Abreise möglich!

Durchatmen, ausspannen und auftanken bei **Yogaeinheiten** in der Gruppe und im Einzelunterricht, kombiniert mit wohltuenden **Ayurvedabehandlungen** und einer **ausgewogenen Ernährung**.

Umgeben von atemberaubender Natur direkt am Atlantik in Punta del Hidalgo mit Panoramablick in einem sonnen- und windgeschützten Yoga-Space auf der Dachterrasse oder innen im Yoga-Raum des Center of Healthy Motion.

Die Yoga-Stunden finden von Montag bis Freitag, in kleinen Gruppen statt. Es wird **Hatha Yoga für Einsteiger als auch für geübte Yogis** praktiziert - jeweils angepasst an das Level der Teilnehmer.

Mit dynamischem und entspannendem Yogaübungen unter Anleitung der erfahrenen Yoga-Lehrer vor Ort kommen Sie ins Gleichgewicht und fördern Ihre Beweglichkeit. Die **individuellen Einzelstunden** ermöglichen es, ganz auf Ihre persönlichen Bedürfnisse einzugehen.

Hinweis: Ende Juli findet in Punta del Hidalgo zwei Wochen lang traditionell die lebensfrohe "Fiesta del Carmen" statt. Ursprünglich huldigten die Einheimischen zu dieser Zeit der Schutzpatronin der Fischer. Auch heute noch wird der Anlass genutzt um in ausgelassener, fröhlicher Atmosphäre zu feiern. Besucher sind Sie bei diesem typisch spanischen Spektakel natürlich herzlich Willkommen. Das heitere Treiben lässt den höheren Geräuschpegel in dieser Zeit fast vergessen.

Tägliche Anreise möglich! Fragen Sie gerne Ihren Wunschtermin an - auch abweichend von unseren veröffentlichten Reisetterminen.

Leistungen:

- 7x Übernachtung inkl. Halbpension in gebuchter Zimmerkategorie
 - 2x individuelle Yoga Stunde (einzeln oder 2er Gruppe) (à 50')
 - 5x Yoga- und Entspannungsprogramm in der Gruppe (à 50')
 - 2x Abhyanga - ayurvedische Ganzkörper-Ölmassage (à 60')
 - 1x Padabhyanga - ayurvedische Fuß- und Beinbehandlung (50')
 - Begrüßungsgetränk
 - Nutzung von Meerwasserpool, Saunen, Sonnendeck (textilfrei), öffentlichem Meerespool, Bademantel, Badetücher, Liegestühlen und Fitnessbereich (Einführung 1x pro Woche)
 - Nutzung von Thalasso-Pool (außerhalb der Therapiezeiten)
 - Work-out morgens (Mo.-Sa.) und Entspannungstraining nach Angebot
 - Kultur- und Musikveranstaltungen (saisonal)
 - WLAN
- Keine Mindestteilnehmerzahl!
Veranstalter: FIT Reisen (es gelten die AGB's des Veranstalters)
Hinweis: Das Mindestalter für alle SPA Behandlungen ist 14 Jahre. Jugendliche zwischen 14 – und 18 Jahre dürfen den Pool und Fitnessraum in Begleitung eines Erwachsenen nutzen.
Tägliche Anreise möglich! Fragen Sie gerne Ihren Wunschtermin an - auch abweichend von unseren veröffentlichten Reisetterminen.
Nicht im Reisepreis enthalten: Flug- und Transfer - weitere Informationen unter "Anreise".

Preis:

