

# Yoga & Fitness an der Ostsee - 7 Tage

**Fit sein möchte jeder.... und für jeden ist es möglich...im 4\*\*\*\*Strandhotel Baabe!**

Die Insel Rügen ist abwechslungsreich, mit traumhaften Stränden, Dünen und Wäldern, Deichlandschaften, Heide, Hochuferwegen, Fischerdörfern, Kulturdenkmälern und Bäderarchitektur. Die Elemente sind stark und präsent. Das sogenannte Reizklima bestimmen Faktoren wie Salz, UV-Strahlung, Wasser und die stetig frische Brise. Ideale Bedingungen, hier zu jeder Jahreszeit aktive Erholung zu erleben und Kraft zu schöpfen.

Kraft, Ausdauer und Flexibilität stehen auf dem Programm.

In dieser Woche kannst Du es mit Frithjof erleben. Wenn Du fit bist, kannst Du Dich inspirieren lassen. Wenn Du fit werden möchtest, kannst Du Dich fordern und Deine Fitness erweitern. Die starke Präsenz der Elemente schafft optimale Bedingungen für die Praxis von Yoga und Fitness. Waldläufe, Yogakraft, Dehnung am Strand, im Yogaraum, im Wald und in der Heide.

Den genauen Wochenplan erhalten Sie vor Ort, da dieser der Gruppenkonstellation und den Wetterbedingungen angepasst wird.

## Strandhotel Ostseebad Baabe

Das 4\*\*\*\***Strandhotel Baabe** ist ein stilvoll eingerichtetes 4\*\*\*\*Hotel an der Strandstraße von Baabe, dem staatlich anerkannten Ostseebad im Biosphärenreservat auf der Insel Rügen (Halbinsel Mönchgut).

Das Strandhotel Baabe gehört zu den R&R Hotels & Villen.

Zum Hotelkomplex gehören 3 Apartmenthäuser und die Villa Carina sowie einige Ferienwohnungen, die sich alle in bester Lage direkt an der Strandstraße befinden und somit Ihren individuellen Bedürfnissen gerecht werden. Verschiedene Zimmer und Apartments (Einzelzimmer sowie großzügige Doppelzimmer, 1-Raum-/ 2-Raum- und 3-Raumapartments und Suiten) stehen zur Verfügung und lassen der Urlaubsplanung viel Raum zur Gestaltung.

Die Mitarbeiter an der Rezeption stehen Ihnen jederzeit gern und kompetent zur Verfügung, um Ihren Aufenthalt im Strandhotel so harmonisch wie möglich zu gestalten.

Das reichhaltige Frühstücksbuffet bietet für jeden Geschmack ein kulinarisches Erlebnis.

Die Nutzung des Wellnessbereiches bietet Relax pur - Eintritt gegen Gebühr (6€ pro Stunde). Bis 2023 bleibt der Wellnessbereich jedoch wg Renovierung geschlossen! Anwendungen/Massagen sind jedoch buchbar (gegen Gebühr).

## Leistungen:

- 6x Übernachtung im Strandhotel Baabe inkl. Frühstücksbuffet
- 7x 75 Min. Yoga
- 2x Strand/Waldläufe
- WLAN

Yogalehrer: Frithjof Bluhm und Team

Keine Mindestteilnehmerzahl - Garantierte

Durchführung!

Hinweise:

- Auch für Anfänger geeignet.
- Ganzjährig immer Sonntag - Freitag buchbar.
- Alle Yogastunden finden im FX Mayr Zentrum in der Strandstraße 17 statt - ca. 3 Minuten Fußweg vom Strandhotel entfernt. Bei schönem Wetter wird auf der Sonnenterrasse des Hauses praktiziert.

Nicht im Reisepreis enthalten:

- Anreise - weitere Informationen unter "Anreise"
- ortsübliche Kurtaxe (ganzjährig / EUR 1,50 bis EUR 2,30 pro Person/Tag saisonabhängig)
- Parkplatznutzung (EUR 6,00 pro Tag) oder Tiefgaragenstellplatz (EUR 9,00 pro Tag). Aufgrund des begrenzten Parkkontingentes empfehlen wir eine frühzeitige Reservierung

## Preis:

25.06.2023 - 01.07.2023 - Strandhotel Ostseebad Baabe

Doppelzimmer mit Balkon (2er Belegung)	1015 €
Doppelzimmer ohne Balkon (2er Belegung)	991 €
Einzelzimmer mit Balkon	1429 €
Einzelzimmer ohne Balkon	1327 €

