

## Ayurveda & Yoga auf Korfu vom 17.-26. Mai 2022

Unser Ferienhaus liegt zwischen Arillas und Sidari auf einem großen eingezäunten Gartengrundstück mit Pool in Velonades. In jede Richtung ist das Meer etwa 15 Minuten Autofahrt entfernt.

Wir werden eine kleine Gruppe von ca. 8 Personen sein. Wir, Anke und ich bieten eine Mischung aus gemeinsamen Aktivitäten wie Kochevents, Wanderungen und Inselerkundungen sowie Yoga an. In der Gegend um Arillas sind eine große Auswahl an interessanten Veranstaltungen wie Meditations- oder Tanzangebote zu finden, um die Tage auch spontan zu planen.

Unser gemeinsamer Start in den Tag wird immer ein ausgiebiges Frühstück sein, das ich zubereite und wir zusammen genießen. Mit dem Angebot von zwei Kochevents in Kursform sowie einem Vortrag zu dieser alten Gesundheitslehre biete ich die Möglichkeit die Ayurveda-Küche kennen zu lernen oder tiefer einzutauchen. An den anderen Tagen werden wir in lockerer Übereinkunft auch gemeinsam kochen und uns versorgen. Es gibt dafür alle Möglichkeiten im und am Haus. Sei es eine Außenterrasse mit Grill oder eine voll ausgestattete Küche für 10 Personen.

Des Weiteren sind eine Wanderung in der näheren Umgebung und ein gemeinsamer Ausflug geplant. An diesen Tagen wird der Abschluss eine Einkehr in einer Taverne mit herrlichem Essen und Ausblick sein.

**Namaste!** Anke wird uns mit ihrem Yoga auf Korfu begleiten. Ihr Yogastil gründet im Kundalini Yoga, das eher dynamisch ist, aber auch meditativ sein kann. Diese Mischung aktiviert und energetisiert und wird wiederum von ihr kombiniert mit YinYoga, das in die Stille eintauchen lässt, wo die Asanas lange gehalten werden, um die Körperwahrnehmung und Atmung zu vertiefen. Ein Wechsel zwischen Aktivität und Passivität. Alles darf sein, nichts muss. So gelangen wir zu tiefer Entspannung, zu einem „inneren Zuhause“, das immer in uns ist!

Die gebotenen Leistungen sind die Unterbringung (9 Übernachtungen), 8x ein reichhaltiges Frühstück sowie 2 gemeinsame ayurvedisch-mediterrane Kochevents inkl. Lebensmitteln und Getränke, 5 x 90 Min. Yogasession, 1x Wanderung, 1x Ausflug sowie meine Organisation und Reisebegleitung.

Das Haus hat 5 Doppelzimmer. Drei Zimmer werden als EZ vergeben und zwei als geteilte DZ.

Der Frühbucheerpreis gilt bis 10.04.22 und ist für diese 10 Tage im EZ 850,- € und für ein geteiltes DZ 720,- € p. P.

Ab 11.04. ist der Preis im EZ 950,- € und im geteilten DZ 820,- € p. P.

Durchaus möglich ist es ein Massageangebot für uns im Haus zu organisieren.

Es bietet sich an ein oder zwei Autos zu mieten. Das bedeutet, dass wir im Voraus abmachen wie das zu regeln ist und zu welchem Preis.

Ich organisiere gerne ein Vorabtreffen zum Kennenlernen.

## ANMELDEFORMULAR

Hiermit melde ich mich verbindlich zur Ayurveda & Yoga Reise nach Korfu an.

Datum: 17. – 26.05.2022 Ort: Velonades

Der Frühbucherpreis gilt bis 10.04.22 und ist für diese 10 Tage im EZ 850,- € und für ein geteiltes DZ 720,- € p. P.

Ab 11.04. ist der Preis im EZ 950,- € und im geteilten DZ 820,- € p. P.

Zimmerwunsch

.....

Name, Vorname

.....

Straße

.....

PLZ, Ort

.....

Tel.

.....

E-Mail

.....

Mit meiner Unterschrift erkläre ich mich mit den Teilnahmebedingungen einverstanden.

Ort, Datum.....Unterschrift.....

## **Teilnahmebedingungen**

Jede/r nimmt auf eigene Verantwortung teil.

Bei Anmeldung bitte ich um eine Anzahlung in Höhe von 200,- €. Mit Eingang der Anzahlung auf dem unten angegeben Konto ist der Platz fest reserviert. Die Plätze werden in der Reihenfolge des Geldeingangs vergeben. Eine Anmeldebestätigung erfolgt per E-Mail.

**Karin Schuller, Volksbank Oberberg IBAN: DE21 3846 2135 0212 7810 29**

**Stornogebühr** bei Abmeldung bis 03.05.2022: 200,- Euro

**Bei Rücktritt** innerhalb der letzten zwei Wochen vor Veranstaltungsbeginn ist die volle Teilnahmegebühr zu entrichten oder eine Ersatzperson zu stellen.

Reiserücktrittsversicherung empfohlen.

Sollte es zu erneuten Reglementierungen kommen und touristische Übernachtungen untersagt werden, wird der Vermieter von sich aus stornieren und der volle Reisepreis wird zurück erstattet.

**Eine An- bzw. Abmeldung** ist nur schriftlich möglich.

Ich freue mich auf Dich und verbleibe mit besten Wünschen bis zu einem Wiedersehen!

**Vorankündigung!** Termin Kennenlernetreffen So. 01.05.2022 in Wiehl / Drabenderhöhe

Ihr seid herzlich eingeladen und falls eine Anreise nicht passend ist, gibt es auch die Möglichkeit über Zoom oder Skype sich zu verabreden.

Falls die Fluganreise von anderen Flughäfen als Köln erfolgt, stehe ich für die Vermittlung und Koordination untereinander gerne zur Verfügung.