



NAMASTE - YOGA IN KOLBERG

AN DER POLNISCHEN OSTSEE

Ihre INKLUSIVLEISTUNGEN

- Haustürservice
- Hin- und Rückfahrt im modernen Reisebus (kein Busverbleib)
- 7x Übernachtung im Hotel Ikar Plaza in Kolberg
- 7x Frühstücksbuffet
- 7x Abendessen als Buffet (kalt mit Warmanteil)
- 1x City-Tour mit dem Elektrowagen (1 Stunde)
- 1x Voucher für ein Kaffeegedeck mit einem Stück Kuchen im Henkerhaus
- 5x Yoga-Kurs auf Englisch bzw. am ersten Yoga-Tag mit deutschsprachiger Begleitung (jeweils 1,5 Stunden; Mo.-Fr.)
- 1x Yoga-Konzert (Entspannungskonzert auf tibetischen Klangschalen, Gongs und Camertones, ca. 70 Min.)
- 1x Schifffahrt ab Kolberger Hafen ca. 30 Min. (witterungsbedingt) pro Person
- Freie Nutzung von Schwimmbad, Whirlpool und Fitnessraum (außerhalb der Behandlungszeiten)
- Freie Nutzung von Sauna, Dampfbad und Sole-dampfbad (zu den Öffnungszeiten)
- Freie Nutzung vom Außenpool in der Zeit 01.07. - 31.08.2024
- 10% Rabatt auf SPA-Anwendungen (nicht kombinierbar mit anderen Rabatten im Hotel)
- Infotreffen
- Gepäckservice
- Vorteilskarte Kolberg

Ihre REISEVORTEILE

- **Haustürabholung bereits inkludiert**
- **werttäglich Yogakurs in Ihrem Hotel**
- **1x Klangschalenkonzert**

IKAR PLAZA

Die ausführliche Beschreibung zum beliebten Hotel Ikar Plaza finden Sie auf Seite 187 des Kataloges.



Sie möchten mal wieder so richtig entspannen? Den Alltagsstress vergessen und hinter sich lassen? Dann ist ein Yoga Urlaub vielleicht genau das Richtige für Sie – egal ob Sie Anfänger oder Profi sind. Mit dieser Reise nach Kolberg lernen Sie, was es heißt, loszulassen, sich den rhythmischen Bewegungen des Yoga hinzugeben und gleichzeitig etwas für die Fitness zu tun. Unsere Yoga Reise findet in einer kleinen Gruppe von maximal 10 Teilnehmern statt. Der/die geschulte Yogalehrer/in kann so ganz genau auf Ihre Bedürfnisse eingehen und sich Ihrem Leistungsniveau anpassen. Profitieren Sie so von einem intensiveren Lernerfolg! Neben einer intensiven Yoga Praxis lernen Sie auch die Polnische Ostsee und den wunderschönen Ort Kolberg kennen! Freuen Sie sich also auf eine Auszeit ganz unter dem Motto: tief einatmen und ausatmen!

IHR REISEVERLAUF

- 1. Tag: Anreise nach Kolberg**
- 2. Tag: Tag zur Freien Verfügung & City Tour im Elektro Car**

Eines der neuesten Highlights der Ostseestadt sind die Elektrocars. Sie haben keine Lust die Stadt zu Fuß zu erkunden? Kein Problem – mit City Car erleben Sie die interessantesten Orte und Attraktionen der Stadt – bequem und mühelos. So erhalten Sie den perfekten Überblick für die kommenden Urlaubstage.

3. Tag: Yoga

Nach dem Frühstück haben Sie Ihren ersten Yoga Kurs. Der Kurs findet immer auf Englisch statt. Beim ersten Mal ha-

ben Sie jedoch eine deutschsprachiger Begleitung, so dass Sie Fragen ohne Sprachbarriere stellen können und unkompliziert in den Tag starten. Der Kurs findet in einem Yoga-Zentrum, ca. 150 m vom Ikar Plaza entfernt, im Olympic Park, statt.

4. Tag: Yoga & Klangschalen

Auch heute erwartet Sie Ihr Yogalehrer vormittags für einen perfekten Start in den Tag. Von 19.00 - 20.00 Uhr findet dann Ihr Entspannungskonzert im Yoga Zentrum statt. Genießen Sie die tibetischen Klangschalen und fühlen Sie, wie die Töne all Ihre Chakren öffnen und Ihr tiefstes Inneres berühren.

5. - 7. Tag: Yoga & Freizeit

Die kommenden drei Tage haben den selben Grundrhythmus. Sie starten ganz entspannt in den Tag beim Frühstück im Hotel. Am Vormittag genießen Sie die Yogaauszeit für Körper und Seele, während der Nachmittag zur freien Verfügung steht. An einem Tag sollten Sie in die Altstadt spazieren und Ihren Gutschein für ein leckeres Stück Kuchen im "Henkerhaus" einlösen.

8. Tag: Heimreise

Mit vielen Eindrücken nehmen Sie heute Abschied von Kolberg und begeben sich auf den Heimweg!



Ihre TERMINE & REISEPREISE PRO PERSON

8 Tage	Frühbucher	Normalpreis
20.04. - 27.04.24	879 €	899 € ab 01.02.24
20.07. - 27.07.24	1.076 €	1.099 € ab 01.05.24
05.10. - 12.10.24	879 €	899 € ab 01.08.24
09.11. - 16.11.24	749 €	869 € ab 01.09.24
Einzelzimmerzuschlag		140 €

MTZ: 10 Personen / Es gilt Stornostaffel A./ Kurtaxe ist vor Ort zu zahlen.