



Yogaferien in der Provence

Sonntag 22. - Samstag 28.09.2024



mit Stefan Engemann

- Ort:** Saint Quentin la Poterie, nahe Uzès, zwischen Nimes und Avignon
- Anreise:** Sonntag, 22.09.2024 ab 14:00 Uhr
- Abreise:** Samstag, 28.09.2024 10:00 Uhr
- Unterkunft:** Provençalisches Landhaus mit großem Grundstück und Swimmingpool
Einzel -/Doppel -/Mehrbettzimmer
- Yoga:** An 5 Tagen (Montag - Freitag). Am Morgen 2,5 Stunden und am Abend 1,5 Stunden
- Verpflegung:** Halbpension: Brunch und Abendessen
Vegetarische, biologische, regionale und saisonale Küche
Tee, Kaffee, Wasser
- Kosten:** A. Komplettpreis im EZ: - € 970.- Frühbucherpreis: € 890.-
B. Komplettpreis im DZ: - € 870.- Frühbucherpreis: € 790.-
- Der Frühbucherpreis gilt bei Buchungen bis zum 31.03.2024**
- Freizeit:** Täglich zwischen 11:30 - 17:00 Uhr
Es bieten sich Rad -, Wander - und Stadtausflüge an, z.B. nach Avignon, Pont du Gard, Uzès, Ardeche, Saint Quentin. Oder Du kannst am Pool lümmeln, die Seele baumeln lassen und die warme Spätsommerwärme genießen

Die Yogaferien sind auch sehr gut für Paare geeignet, bei welchen nur eine Person Yoga üben möchte.

Alle Angebote sind zudem freiwillig. Alles darf, nichts muss



Die Yogaferien beginnen am Sonntag um 18:00 Uhr mit dem Abendessen und enden am Samstag um 10:00 Uhr.

Anreise:

Mit dem eigenen PKW, ca. 7 Stunden
Mit dem Zug nach Nîmes oder Avignon,
dann mit einem Mietwagen bis Saint Quentin la Poterie
oder mit dem Bus bis Uzès und Abholung
MFG nach Absprache eventuell möglich



Yoga:

07:15 - 08:15 Uhr eine Meditations - und Prāṇāyāmapraxis
08:30 - 10:00 Uhr eine sanfte Āsanapraxis mit herausfordernden Elementen
17:30 - 19:00 Uhr eine regenerative Abendpraxis
Wir üben Yoga unter einer überdachten Veranda

Verpflegung:

Morgens ein Brunch (ca. 10:30 - 11.30 Uhr) abends ein 3 - Gänge - Menü von unserer Köchin Virginie (19:30 - 20:30 Uhr)
Tee, Wasser, Kaffee stehen zur Verfügung. Nicht enthalten sind alkoholische Getränke oder Säfte

Unterbringung:

Im EZ, DZ oder Mehrbettzimmer in einem tollen, großen Landhaus
Gemeinschaftsbäder, 2 oder mehr Zimmer teilen sich ein Bad
Morbider Charme - einfache, aber geschmackvolle Zimmer
Kein WLAN



Mitbringen:

Eigene Yogautensilien (Yogamatte, Decke, 2 Blöcke, Gurt, evtl. Sitzkissen, warme und bequeme Yogakleidung/ Zwiebellook)
Bettwäsche und Handtücher

Mindest/Max Teilnehmerzahl

7/12

Vorabtreffen:

Wir treffen uns ca. 3 Wochen vor Antritt, um uns schon mal zu beschnuppern. Anstehende Fragen werden beantwortet und eventuelle Mitfahrgelegenheiten organisiert





Bezahlung:

Deine Teilnahme an den Yogaferien ist dann fest bestätigt, wenn Du mit der Anmeldung eine **Anzahlung von 30%** des Komplettpreises tätigst.

(A. € 291.- bei Frühbucherpreis € 267.-)

(B. € 261.- - bei Frühbucherpreis € 237.-)

Die Restzahlung

(A. € 679.- bei Frühbucherpreis € 623.-)

(B. € 609.- - bei Frühbucherpreis € 553.-)

erfolgt bitte bis spätestens 8 Wochen vor Beginn (28.07.2024)

Zahlungen bitte auf das Konto:

Engemann-Yoga

Sparkasse Freiburg

DE05 6805 0101 0002 2619 95

Stichwort: Yogaferien



Solltest Du aus irgendeinem Grund nicht dabei sein können, bitte ich Dich, mich so bald wie möglich zu informieren, damit ich den Platz ggf. noch anderweitig vergeben kann.

Für den Fall der Fälle, der aber hoffentlich nicht eintreten wird, möchte ich Dich auf die **Stornierungskosten** hinweisen:

bis 60 Tage vor Anreiseternin (24.07.2024)	30 % des Gesamtpreises
bis 40 Tage vor Anreiseternin (13.08.2024)	50 % des Gesamtpreises
bis 20 Tage vor Anreiseternin (02.09.2024)	80 % des Gesamtpreises
bei Nichtantritt	100% des Gesamtpreises

Es kann jederzeit ein Ersatzteilnehmer genannt werden. (Es entsteht eine Bearbeitungsgebühr von € 30.-) Zu viel gezahlte Beträge werden natürlich zurückerstattet und das gilt auch, sollte das Retreat nicht stattfinden können.

Ich freue mich auf eine schöne Woche mit Euch, die hoffentlich in besonderer Erinnerung bleibt.

Herzlich Stefan Engemann

P.S. Weitere Bilder zum Haus und zur Umgebung findet Ihr beizeiten auf meiner Website unter „Yogareise“