



Yogaurlaub am Meer – Gönn Dir eine Auszeit!

Für 2025 lade ich dich ein, die Energie des Meeres mit der täglichen Yogapraxis zu kombinieren und deine Speicher wieder aufzutanken.

Es erwartet dich eine inspirierende Auszeit mit Yoga Sessions, viel Natur, abwechslungsreichen Freizeitaktivitäten und den Annehmlichkeiten eines Hotels mit Verwöhncharakter. Tägliche Yogastunden, die sich einfühlsam an Deine Bedürfnisse anpassen, öffnen den Raum für Erholung, Loslassen vom Stress und bringen frische Energie für Körper, Seele und Geist.

REISEDATUM

Montag, 12 Mai bis Sonntag, 18. Mai 2025

REISEZIEL, HOTEL und FREIZEITGESTALTUNG

Unser Hotel liegt in Renesse auf einer Halbinsel im Süden der Niederlande. Seine unmittelbare Strand- und Naturnähe bietet schöne Wander-, Sport- und Ausflugsmöglichkeiten, die Gelegenheit zum Baden im Meer, oder auch Schwimmen im hoteleigenen In- oder Outdoorpool. Fahrräder und E-Bikes können ab Hotel gemietet werden.

Weitere Infos zum Hotel : <https://www.zeeuwsestromen.nl/de/>

TAGESGESTALTUNG

Jeder Tag ist geprägt von abwechslungsreichen Yogastunden. Aktivierende Asanas, Flows und Energieübungen sorgen für morgendlichen Schwung und entspannende Yin Yogastunden sorgen für einen erholsamen Schlaf. Nach ausgiebigem Frühstück gestaltet sich der Tag als offenes Freizeitangebot mit der Möglichkeit zu Wanderungen, Ausflügen in die Natur oder zu liebenswerten Orten voller Charme, mit netten Cafés und hübschen Lädchen, einer Grachtenfahrt, Radtouren durch die

Dünenlandschaft, Wellness und gemütlichen Mußezeiten. Eigenständige Unternehmungen sind genauso möglich wie solche mit der Gruppe.

Bei sanften Yoga- und Yinyoga-Stunden und Meditationen finden die Aktivitäten des Tages am Spätnachmittag wieder zur Ruhe, und nach dem anschließenden Abendessen klingt der Abend entspannt aus.

UNTERKUNFT

Es stehen diverse Zimmerkategorien und Appartements zur Auswahl. Die Zimmer können doppelt belegt werden, die beiden Appartements mit bis zu 3 Betten. So besteht die Möglichkeit, dass Partner*innen, Familienangehörige oder Freund*innen und auch Hunde mitkommen. Eine Teilnahme am Unterricht ist nach vorheriger Absprache möglich, aber keine Bedingung.

Hundebesitzer*innen können gerne ihren 4-Beiner mitbringen, sofern das Hotel noch Hundezimmer im Angebot hat. Für den Hund ist selbst Sorge zu tragen.

Erfrage weitere Informationen zu Unterkunft/Kosten/Anmeldung bei mir.

ANREISE

Die Anreise in den Yogurlaub findet individuell statt, gerne unterstütze ich Dich bei der Planung. In Absprache können Fahrgemeinschaften organisiert werden. Die Anreise mit der Bahn ist möglich bis Goes. Ab dort per Bus/Taxi oder Abholung (nach Absprache) bis Renesse.

ANMELDUNG

Um dabei zu sein genügt zunächst eine E-Mail. Ich sende dir dann ein Anmeldeformular und hierüber erfolgt die schriftliche Anmeldung. Anschließend buchst Du über das Hotel das gewünschte Zimmer. Bei frühzeitiger Kontaktaufnahme hast Du noch freie Zimmerauswahl. Von der Verpflegung ist es so geplant, dass Frühstück und ein 3 Gänge-Menü am Abend im Preis inbegriffen sind. Eine Reiserücktrittsversicherung ist empfehlenswert.

Anmeldeschluss für Mai: 12. März 2025.

