

BEYOND

YOGA & SAILING RETREAT
7.9.-14.9.24

BEYOND

Eine Woche segeln wir gemeinsam durch die griechische Inselgruppe der Kykladen

YOGA & SAILING
7.9.24 - 14.9.24

WAS DICH ERWARTET

- max. 8 Gäste (plus Segelführer Torsten und Caroline)
- Segelboot (16,72m) mit 5 Doppelkabinen und 3 Bädern
- 2x tägl. Yoga & Meditation
- jeden Tag segeln
- Einkehr in kleinen Buchten (keine großen Häfen)
- Schwimmen, Spaß, Entspannung und viel Natur



BEYOND



BEYOND

WIR STARTEN



Flughafen: Athen

Start-Hafen: Lavrion

Der Hafen ist vom Flughafen Athen aus mit einem Shuttle in ca 30 Min zu erreichen. Das Shuttle kann geteilt werden. Wir vermitteln gern.

Mit Yogalehrerin & Physiotherapeutin Caroline Eder und dem erfahrenen Bootsführer Torsten Gust.



BEYOND

UNSERE ROUTE



Je nach Windstärke und -Richtung legen wir unsere Route fest.

Wir segeln in der Regel jeden Tag 3-5 Stunden. Du brauchst keine Segel- oder Yogaerfahrung. Der Fokus liegt auf Wohlfühlen.





7.30 Yoga

10.00 Segeln

16.00 Einfahren in unserer nächsten Bucht

19.00 Abendessen an Land oder auf dem Boot

9.00 Frühstück

12.30 SnackBreak

17.00 Yoga

20.00 Ausklingen des Tages in Gemütlichkeit

UNSER TAGESABLAUF

kann in etwa so aussehen. Dabei bleiben wir spontan und lassen uns treiben. Wir werden den Tag auf uns wirken lassen und entscheiden nach Stimmung & Wetterlage.



Unser Frühstück und Mittagessen nehmen wir als Selbstversorger an Bord ein. Für das Abendessen kehren wir auch mal in kleine Tavernen ein. Dabei versuchen wir volle Häfen zu vermeiden und suchen kleine Strände auf.

UNSERE VERPFLEGUNG





UNSER BOOT

Name Apollon

Sailing yacht Year 2010

Länge 16.72 m

Breite 2.4 m

Kabinen: 5

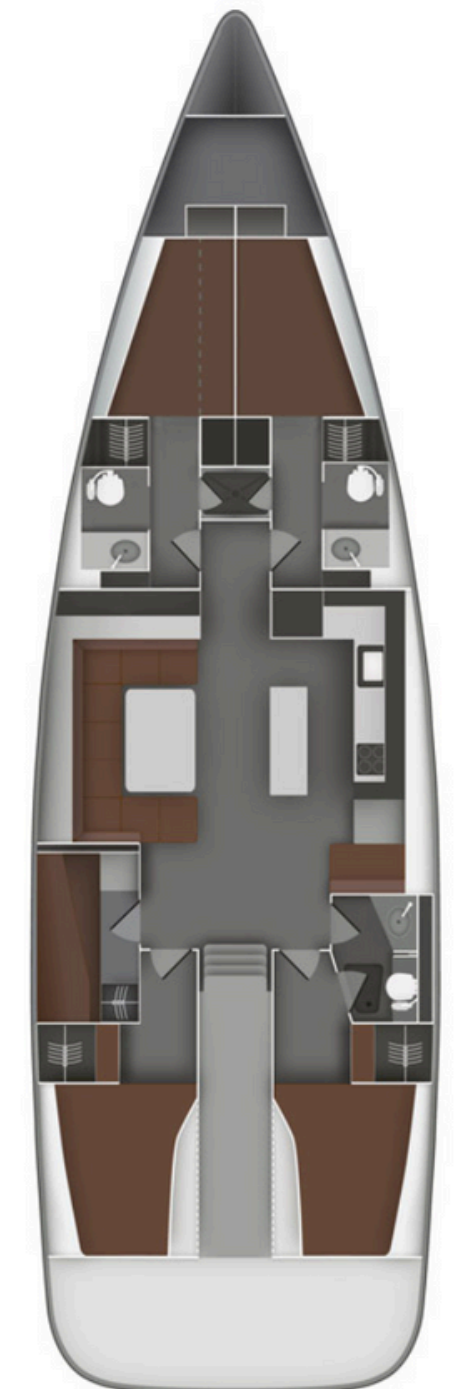
Toiletten: 3

Außendusche: 1

Beiboot

Außenmotor

SUP: 2



UNSERE SCHLAFPLÄTZE

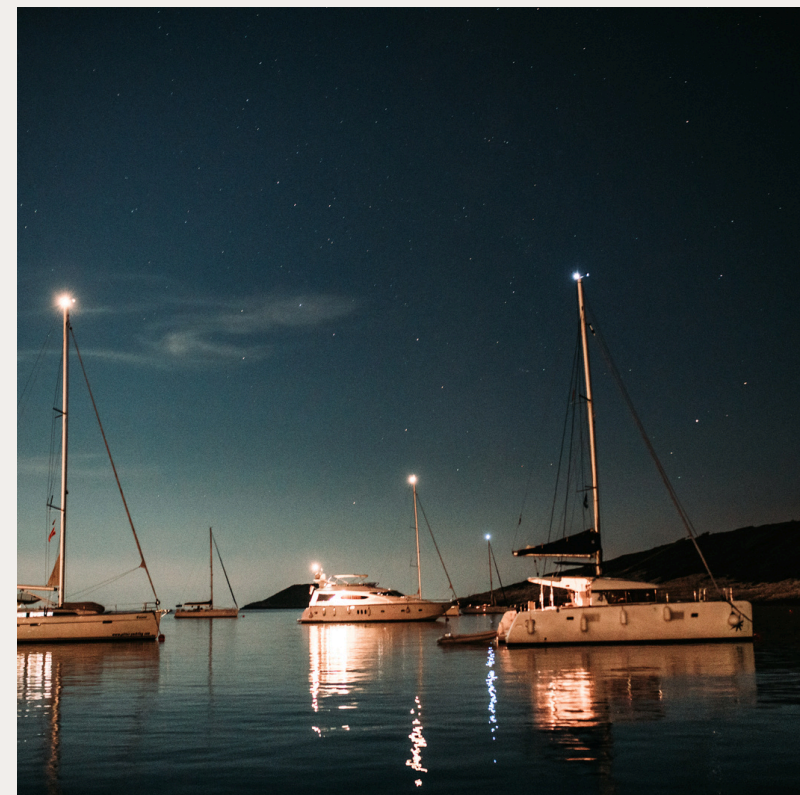
BEYOND

2 hintere Kabinen je 1,60 x 2,10 m

2 vordere Kabinen je 1,50 x 2,00 m

1 Kabine mit Stockwerkbetten je 70 x 2,00 m

Außerdem gibt es die Möglichkeit an Deck zu schlafen.



INVESTMENT

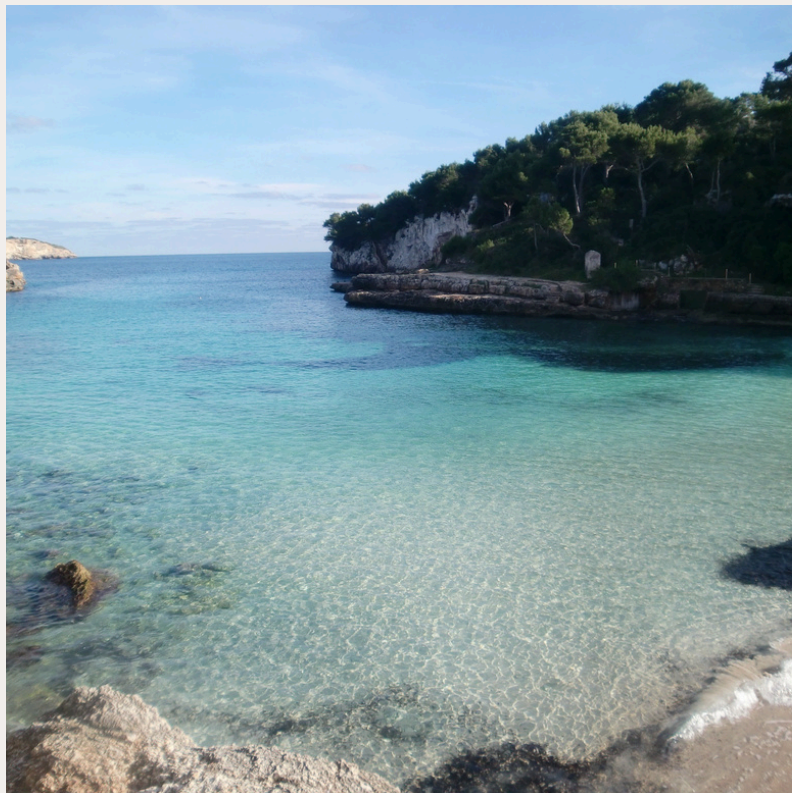
BEYOND

**für 1 Woche Boot, Segelführer
und Yoga/Meditation**

in der Doppelkabine: 1150,-€ p.P.
in der Einzelkabine: 2450,-€ p.P.

Kosten nicht mit inbegriffen:

- Flug Transfer Flughafen-Hafen (ca 50 € für 4 Personen)
- Bordkasse ca 250 € (für Frühstück, Mittag- und Abendessen an Bord, inkl. aller Getränke, außer Alkohol, Diesel für Motor, Versicherung und Endreinigung)
- Abendessen in Restaurants (vermutlich bis zu 3 Tavernen/Restaurantbesuche)



BEYOND

NOCH FRAGEN?

oder gleich anmelden?

+4917621416584

caroline@o-yoga.de
www.o-yoga.com

