

YOGA & SURF RETREAT in MAROKKO
mit Liliane von littleyoga & Dancing the Waves
21. – 26. April 2024

Ab 1'305 € im DZ
5 Nächte in der Villa Aljana
Täglich Yoga & Meditation
Täglich Surf Coaching
Ausflug nach Essaouira
Brunch & Nachtessen

Im wunderschönen, abgelegenen Fischer,- und Berber Ort Tafedna, südlich von Essaouira, führen wir unser Yoga & Surfretreat an der Atlantikküste mit Lisa und Fayçal von «Dancing the Waves» durch.

Lass die Sonne im Frühling in dein Herz scheinen und erlebe mit uns ein unvergessliches Abenteuer.

Täglich finden Yoga,- und Meditationssessions und 4 Surf Coaching Sessions mit dem erfahrenen Instruktor Fayçal in Französisch und Englisch statt.

UNTERKUNFT

Die charmante Surfvilla Aljana verfügt über diverse Zimmer zu den blühenden Gärten, und Argan-Hügeln neben den zauberhaften Sanddünen. Vier grosszügige Zimmer sind in der Villa mit privatem Bad und direktem Zugang zur Terrasse mit wunderschönem Blick aufs Meer. Die zwei alleinstehenden Bungalows im Garten haben Platz für zwei und vier Personen und sind mit Sitzecke, Kitchenette, Kühlschrank und privater Pergola ausgestattet. Zwei schmucke Berber Zimmer mit Doppelbett sind hinter der Villa mit Blick in die Hügel und Gemeinschaftsbad.

Die Zimmer werden individuell eingeteilt. Bitte bei Anmeldung bekannt geben wie flexibel ihr mit der Zimmereinteilung seid. Wir versuchen bestmöglich auf Eure Wünsche einzugehen.

ANREISE & TRANSFER

Deine Anreise kannst du individuell wählen. Flüge nach Agadir oder Marrakesch empfehlen wir so früh wie möglich zu buchen. Die Frühlingsferien sind beliebt in Marokko und die Flüge entsprechend teurer. Falls du deinen Aufenthalt mit einem Städtetrip kombinieren möchtest, dann empfehlen wir das lebhaft Marrakech.

Es fliegen Easyjet ab Basel/Genf nach Marrakech und Agadir sowie Edelweiss/Swiss ab Zürich nach Marrakech und Agadir. Es hat teils günstige Verbindungen mit TAP/IBERIA mit Umsteigen in Portugal/Spain sowie mit Easyjet und Wizzair ab Milano Malpensa. Royal Air Maroc ist generell ziemlich teuer.

Der Transfer wird von Lisa organisiert. Bitte sendet ihr dazu eure genaue Ankunftszeit und Flugnummer. Sie arbeitet mit einer professionellen Transportfirma zusammen welche den Flughafen-Transfer sowie Transporte für allfällige Ausflüge durchführt. Die Transport-Kosten sind wie folgt:

Essaouira Stadt/Flughafen nach Tafedna (63 Km): 40 € pro Weg für 1-7 Personen
Marrakech Stadt/Flughafen nach Tafedna (231 Km): 110 € pro Weg für 1-7 Personen
Agadir Stadt/Flughafen nach Tafedna (137 Km): 85 € für 1-4 Pax, 110 € für 5-7 Pax

PROGRAMM:

21.04.

- Ausgedehnte Yogapraxis und anschliessende Meditation zum Ankommen (die Praxiszeit wird an eure Flugzeit angepasst)

22./23./25.04.

- jeweils eine ausgedehnte mind 90 min. Yogapraxis mit Meditation
- jeweils 2,5 - 3 Stunden Surfen
- täglich Brunch und Nachtessen

24.04.

- Surfen bei Sonnen-Aufgang und optionaler Ausflug nach Essaouira mit Möglichkeit für Hammam und Massage

26.04.

- Morgen Yoga & Meditation
Das Retreat endet um 11 Uhr nach dem Brunch

Die täglichen Yoga -und Surf-Zeiten werden möglicherweise kurzfristig den Bedingungen des Meeres angepasst.

MAHLZEITEN

Täglich werdet ihr mit einem Brunch und gemeinsamen Nachtessen verwöhnt. Die Mahlzeiten werden jeweils mit frischen und saisonalen Produkten aus der Region zubereitet. Es gibt viel Gemüse, Fisch (von lokalem Fischer gefangen), diverse Tajines, Reis-Gerichte, Linsen, Couscous etc.

Für den kleinen Hunger zwischendurch gibt's den ganzen Tag Früchte, Datteln, Mandeln, Wasser und Kräutertees.

Bitte spezielle Diäten frühzeitig melden. Möglicherweise fällt ein Zuschlag an, da Gluten- und Laktose- freie Zutaten teuer sind in Marokko.

YOGA & SURF RETREAT PAKET

- * 5 Nächte in wunderschöner Surf Villa mit grosszügigen Zimmern/Bungalows mit eigenem Bad, grossem gemeinsamen Salon sowie eine lauschige Lounge auf der Terrasse mit herrlichem Ausblick auf die Argan-Hügel und den Atlantik
- * 8 Yoga & Meditation Sessions
- * 4 Surf-Coaching Sessions mit Surf-Ausrüstung, Neopren & Transport
- * Auswahl diverser Surfbretter, täglich passend zu den Wellen
- * Skateboards damit du deine Surfhaltung auf der Dachterrasse optimieren/trainieren kannst
- * Brunch mit Kaffee/Tee à discretion und reichhaltiges Nachtessen mit lokalem Fisch/Fleisch & frischem Gemüse, gefolgt von kleinem Dessert & Tee
- * Den ganzen Tag Früchte, Datteln, Mandeln, Tee-Bar mit frischen Kräutern und lokalem Trinkwasser
- * Wifi im Gemeinschaftsbereich der Villa
- * Professioneller, erfahrener Instruktor der euch mit Leidenschaft das Surfen beibringt und täglich fördert

PREIS

Retreat-Paket exkl. Reise: ab **1'305 Euro** im Doppelzimmer

Paket-Preis im Einzelzimmer ist 1'530 € sowie im 3-er Zimmer 1'280 €. Im Berber Zimmer ist das Package 1'230 € zu zweit oder 1'330 € bei Alleinbenützung. Der Preis im kleinen Bungalow ist gleich wie im Zimmer in der Villa. Der Preis im grossen Bungalow zu zweit ist 1'405 €, zu dritt 1'325 € sowie zu viert 1'280 € pro Person.

Bitte bei der Anmeldung die Yogakosten von 630 €, als Garantie, direkt an Liliane auf folgendes Konto überweisen:

Post Finance: LITTLE YOGA Liliane Meier, Bleulerstrasse 5, 8008 Zürich
IBAN: CH68 0900 0000 8956 5627 9

Die Restzahlung des Pakets sowie allfällige zusätzliche Nächte, Mahlzeiten, Surf Sessions und Transportkosten sind vor oder während dem Retreat, in bar (€/CHF/Dirham) oder per Überweisung, an Lisa zu bezahlen.

Lisa Krauer, Untere Leimenstrasse 6, 8718 Schänis
ZKB Zürich, IBAN: CH36 0070 0114 5000 0436 9

Für Kinder unter 12 Jahren geben wir eine Reduktion von -10% auf das Paket. Surf Unterricht ist möglich ab 7/8 jährig, sofern gute Schwimmer.

Gerne dürft ihr, auf Anfrage, bereits früher anreisen bzw. länger bleiben.

Bei den zusätzlichen Nächten gelten die normalen Zimmerpreise. Es gibt ein gängiges Frühstück (im Zimmerpreis inbegriffen), leichtes Mittagessen für 12 € und reichhaltiges Nachtessen für 18 € pro Person.

Ein halber Tag Surfen ist 35 € sowie ein ganzer Tag 70 € inklusive Surfmateriale, Neopren & Transport zum Surfspot. Beim ganzen Tag Surfen ist auch das Mittagessen inklusive.

ANMELDUNG

Bitte melde dich per Email bei info@littleyoga.ch oder contact@dancingthewaves.com an.

KONTAKT IN MAROKKO

Bei Fragen zum Land, Villa Ajana oder Anreise, sowie zusätzlichen Nächten in Tafedna oder einer Weiterreise durch Marokko, bitte direkt bei Lisa melden.

Lisa Najy-Krauer
Tel. +212 (0)6 5277 5183 (Tel. oder WhatsApp)
Dancing the Waves Sarl.,
Villa Aljana, Douar Ait Tamlala,
Tafedna bei Essaouira, Marokko

contact@dancingthewaves.com - www.dancingthewaves.com