

# Griechenland

## YOGAREISE KEFALONIA

Kaum eine Urlaubsregion bietet idealere Voraussetzungen, um zu entschleunigen, entspannen und Energie zu tanken, als die griechische Küste: Kristallklares Wasser, Meeresluft und frische mediterrane Küche. Genießen Sie eine Woche Meer und Strand, kombiniert mit entspannenden Yogaeinheiten. Bringen Sie Seele und Körper in Einklang und verbessern Sie Ihre Yogapraxis sowie Meditationen an einem ganz besonderen Ort.

Xi-Beach



### Termine & Preise

		EFLYOG
23.05.-30.05.2026	8 Tage 7x HP	€ 1.449,-
mit Angelika Nail-Hechenblaikner		
19.09.-26.09.2026	8 Tage 7x HP	€ 1.449,-
mit Barbara Stauder		
Doppelzimmer zur Alleinbenützung	+ € 490,-	
Aufpreis All Inclusive pro Person pro Woche	+ € 300,-	

### Leistungen

- ✓ **Hausabholung in Nordtirol** (Details Seite 16-17)
- ✓ Flug ab/bis Innsbruck mit Idealtours
- ✓ 15 kg Freigepäck pro Person
- ✓ 5 kg Zusatzgepäck pro Teilnehmerin für Yogamatte und Yogautensilien
- ✓ Alle Transfers vor Ort
- ✓ Übernachtung im Hotel Apollonian Asterias Resort & Spa\*\*\*\*+, am Xi-Beach
- ✓ 7x Übernachtung/Halbpension
- ✓ Tägliche Yogaeinheiten, Dauer pro Einheit ca. 75 min.
- ✓ Verlängerung vor Ort möglich
- ✓ Idealtours-Reiseleitung vor Ort
- ✓ Yogalehrerinnen Angelika & Barbara
- ✓ Gruppengröße 10-15 Teilnehmerinnen

Auf dieser Reise haben Sie die Möglichkeit, morgens und abends jeweils 75 Minuten Vinyasa Yoga zu praktizieren. Atmung, Gedanken, Bewegung, Gleichgewicht und Leichtigkeit werden mit fließenden, kräftigenden Bewegungen in Einklang gebracht. Diese Yoga-Praxis ist für All Levels geeignet – für Anfängerinnen und leicht Fortgeschrittene, jedes Alter und jede Kleidergröße. Körperkoordination, Atemübungen, kurze Meditationen bringen Entspannung und führen Sie zu neuer achtsamer Wahrnehmung. Entdecken Sie Ihre neue Leidenschaft und bringen Sie Bewegung in Ihr Leben. Urlaubsfeeling und Genuss inklusive.

### 1. Tag: Anreise

Flug ab Innsbruck, Begrüßung durch Ihre Yogalehrerin am Flughafen in Innsbruck. Direkter Transfer ins Hotel Apollonian Asterias Resort & Spa\*\*\*\*(Infos auf Seite 127). Nach dem Zimmerbezug bleibt Zeit zum Entspannen am Hotelpool oder für einen Abstecher an den Strand. Den Tag lassen Sie bei einem gemeinsamen Abendessen ausklingen.

### 2.-7. Tag: Yогаurlaub

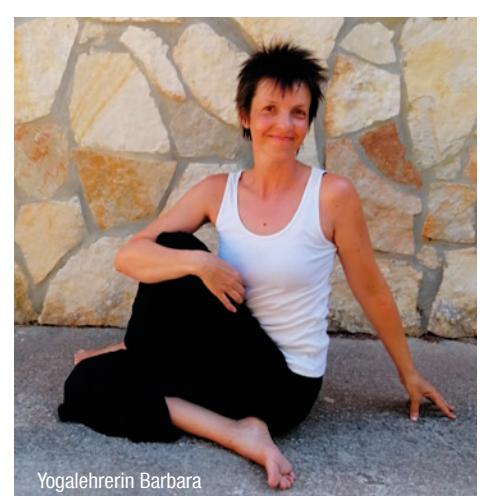
Es finden täglich 2 Yogaeinheiten a ca. 75 Minuten statt: Morgens/vormittags und nachmittags/abends. Die Yoga-praxis ist abwechselnd mit belebenden, aktiven und entspannenden, meditativen Elementen sowie Atemtechniken gestaltet. Zwischen den Einheiten steht Ihnen der Tag zur freien Verfügung. Genießen Sie die Sonne am Strand oder am Meer oder erkunden Sie auf eigene Faust die Gegend.

### 8. Tag: Heimreise

Transfer zum Flughafen Kefalonia und Rückflug nach Innsbruck. Alternativ verlängern Sie Ihren Urlaub um eine Woche in einem unserer Vertragshotels (buchbar vor Abreise in Ihrem Reisebüro).



Yogalehrerin Angelika



Yogalehrerin Barbara