

Yoga & Vandring Jávea Spanien 11-18/5 2018



En vecka i Jávea med havet som granne. Ett fantastiskt hus som ligger nära till allt.

Vakna upp till soluppgången över havet och ta ett friskt morgondopp eller bara koppla av på altan o njut av havets skvalp.

Denna vecka innehåller yoga och vandring samt mat i gourmet klass med gott spanskt vin.

Vad händer under veckan?

Yoga varje morgon på altan med havet som utsikt.

Vi åker upp till anrika Bodega Museo Maserhof för en oförglömlig eftermiddag där Caroline tar hand om oss på bästa sätt. Vi bjuds på en 6 rätters egenlagad lunch/middag, med deras eget ekologiska vin, så mycket du orkar dricka. Där bjuds vi till sång och trevligt umgänge.

En paella afton tillsammans i huset med levande musik. Dessutom en kväll i gamla stan för en härlig hemlagad god mat på restaurang La Sucreria.

Detaljerad information se nästa sida

Samma datum kommer det att anordnas cykelresa MTB med boende på Milagro.

Allt detta ingår i priset, mat utflykter, transfer restaurang enligt nedan:

Full pension, påfyllt kylskåp samt skafferi med dryck, frukt, grönt samt snacks.

Allt ingår så som linnen, badlakan, handduk, tvål, etc.

Samtliga transporter till och från flyg samt övriga aktiviteter.

En middag på La sucreria i gamla stan.

En lunch/middag på anrika Bodega Museo Maserhof

En Paella kväll med levande musik i huset.

Övriga middagar i huset.

Frukost finns att ta i husets kök

Luncherna äts i huset eller under ev. vandring.

Lättare vandring /promenader anpassas efter grupp

Det som inte ingår är flyg (bokas av dig själv först efter bekräftad plats på vistelsen)

Reseförsäkring (rekommenderar utökad reseförsäkring i hemförsäkringen)

Transfer i Sverige.

Pris i delat dubbelrum (enkelrum finns tyvärr ej) 9 800kr exkl. flyg o reseförsäkring

Sista anmälning 171031, anmälningsavgift 2000 kr, begränsat antal platser.

Resterande faktureras och betalas en månad innan avresa

Anmälan christina.lundstrom68@gmail.com

www.akupunktursidan.se

Lite om Christina Lundström

Christina bor och arbetar i Ludvika, södra Dalarna. Hon njuter av att resa och umgås med vänner o familj. Vistas gärna i naturen gärna på ridtur med sin Islandshäst.

Hon har arbetat med alternativa behandlingar senaste 25 åren och som yogalärare i 5år, utbildad inom ISHTA yoga RYT- 200, yinyoga steg 1 och 2, restorative yoga. Utbildad i akupressur, akupunktur, basmedicin 3 år uppsala, flertalet kurser inom healing, mediumkunskap, access consciousness , I yogan och livet vill hon att människan ska förädla den hon är och menad att vara, inte sträva efter att bli något/någon annan. "Beeing you changing the world"