



Moonlight-Retreat Urlaubswoche Toskana 2022

Retreat-Urlaub in der Toskana

24. September – 01. Oktober 2022
mit Pravahi, Tom und der Band „Mantralounge“.

**Eine wundervolle Verbindung von Workshops, Urlaub und Toskana.
Eine Woche mit netten Menschen sein, entspannen und genießen.**

WAS ERWARTET DICH?

Ein phantastisches Seminarhaus in **Alleinlage** auf einem malerischen Hügel in der Toskana mit Ausblick ins Tal, **großer Swimmingpool**, Olivenhain, einladenden Terrassen und toskanischem Flair. Leckerere **vegetarische** Küche einschließlich Pizza aus dem Holzofen.

Ein großzügiger Seminarraum, die weitläufige wundervolle Anlage in toskanischem Stil und der Pool laden ein zu Begegnung, zum Relaxen und Sinnlichkeit pur.

Die **Seminarzeiten** sind so gestaltet, dass die Möglichkeit zu Entspannung und Muse, sowie Integration und gemeinsam Erholen als wichtiger Bestandteil genug Raum hat. Vormittags werden wir uns als Gruppe treffen, die **Nachmittage zur freien Verfügung** und abends noch eine gemeinsame Seminarzeit haben. Es entsteht Nähe, Vertrauen und ein Gruppengefühl mit viel persönlichem Freiraum zum Nachklingen und genießen.

SEMINARINHALT WIRD SEIN:

Retreat, englisch für Rückzug, bezeichnet eine Auszeit, um sich im Kreise bewusster und gleichgesinnter Menschen voll und ganz der spirituellen Praxis zu widmen.

Im Urlaubs-Retreat spielen Meditation, Stille, Körperübungen, Mantra-Musik und gemeinsames Mantrasingen eine besondere Rolle. Dadurch gewinnst du die Möglichkeit in entspannter Atmosphäre ganz frisch auf Dich und Dein Leben zu blicken um ganz bei Dir selbst anzukommen. Bewusste Begegnungs- und Partnerübungen führen zu wirklicher Nähe und Vertrauen, Kontakt und Wahrhaftigkeit.

INVESTITION:

Kostenbeitrag pro Person: 460,- Euro / Paarpreis 870,- Euro
Frühbucherpreis bei Anmeldung und **Zahlung** bis zum **15. August 2022**
420,- Euro / Paarpreis 840,- Euro
zuzüglich Übernachtung + Verpflegung nach Kategorie

Im Preis inbegriffen: Alkoholfreie Getränke (Karaffen-Wasser, Kaffee/Tee)

ÜBERNACHTUNG: Vollpension incl. Übernachtungskosten gehen **extra** und werden vor Ort **in bar** beim Eincheck bezahlt.

BITTE BEACHTEN: **Die Anreise ist selbstständig zu organisieren und auch nicht im Kostenbeitrag enthalten.**

VERPFLEGUNG:

Kosten für: Vollpension, also Übernachtung inclusive 3 leckeren vegetarischen Mahlzeiten, Obst und offene Getränke, pro Person pro Tag im Seminarzentrum Capannacce. Nachstehende Preise immer inkl. Bettzeug und 2 Handtücher:

Einzelzimmer Haupthaus (Gemeinschaftsbad) : 100 €	Einzelzimmer Nebenhaus (Gemeinschaftsbad) : 100 €
Doppelzimmer Haupthaus (Gemeinschaftsbad) : 86 €	Doppelzimmer Nebenhaus (Gemeinschaftsbad) : 86 €
3er MBZ Haupthaus (Gemeinschaftsbad) : 80 €	Einzelzimmer Nebenhaus (eigenes Bad) : 106 €
4er MBZ Haupthaus (Gemeinschaftsbad) : 70 €	Doppelzimmer Nebenhaus (eigenes Bad) : 96 €

Eine Übernachtung im **eigenen Wohnmobil** ist auf Anfrage möglich - melde dich gerne.

Hinzu kommen für die 7 Tage pro Person insgesamt **2.50 € Kurtaxe**.

Bei **Nahrungsmittel-Unverträglichkeit** kommen pro Tag **5 € Zusatzkosten** oben auf.
Also für die 7 Tage: insgesamt **35 € Aufpreis** für die ExtraKochsachen !

Zimmerwünsche bitte an Pravahi mit Erst- und Zweitwunsch mit der Anmeldung zusammen schreiben.

Ich freue mich sehr auf Dich und Euch und die gemeinsame Zeit!

Ganz herzliche Grüße - Eure Pravahi

Retreat-Urlaub in der Toskana

IMPRESSIONEN



Seminar-Ort: **SEMINAR-RAUM** mit Holzboden (155 m²)



Seminar-Ort: **SWIMMING-POOL** im Olivenhain



Ausflugsziel: **LUCCA** – ca. 53 km / 55 min.



Ausflugsziel: **SAN GIMIGNANO** – ca. 38 km / 50 min.



Ausflugsziel: **VOLTERRA** – ca. 40 km / 50 min.



Ausflugsziel: **PISA** – ca. 47 km / 45 min.