



Tantra-Urlaub (Retreat) Toskana

24. – 31. August 2024
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: 580,- Euro / Paarpreis 1.110,- Euro

Frühbucherpreis bei Anmeldung und Zahlung bis zum **04. August 2024**
540,- Euro / Paarpreis 1.030,- Euro

zzgl. Übernachtung + Verpflegung (Bio-Küche) 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:

HAUPTHAUS:

Einzelzimmer (Gemeinschaftsbad) : 116 €
Doppelzimmer (Gemeinschaftsbad) : 100 €
3er MBZ (Gemeinschaftsbad) : 92 €
4er MBZ (Gemeinschaftsbad) : 80 €

NEBENHAUS:

Einzelzimmer (Gemeinschaftsbad) : 120 €
Doppelzimmer (Gemeinschaftsbad) : 104 €
Einzelzimmer (eigenes Bad) : 124 €
Doppelzimmer (eigenes Bad) : 108 €
Durchgangszimmer (Einzelzimmer) 90 €
Durchgangszimmer (Doppelzimmer) 76 €

Achtung: Das Nebenhaus hat in allen Zimmern eine Klimaanlage, die im Preis ingegriffen ist. Im Haupthaus gibt es nun im 1. Stock 4 Zimmer mit neuer und optional zuschaltbarer Klimaanlage (4 € je Tag /je Person)

Eine Übernachtung im eigenen Wohnmobil (84 € ohne Handtücher und Bettzeug) 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 10 € Zusatzkosten oben auf. Also für die 7 Tage: insgesamt 70 € Aufpreis für die supergute Extra-Bekochung !

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

Wir freuen uns sehr auf Dich und Euch und die gemeinsame Zeit!

Ganz herzliche Grüße - Pravahi & Tom

Tantra-Urlaub (Retreat) 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.