

YOGA I DIN VILLA

60 MIN. PRIVAT UNDERVISNING

YOGA ELLER PILATES

€uro 65 1-2 personer

€uro 90 3-5 personer

€uro 120 med mere end 5 personer

MASSAGE

Fra €uro 65 / 60 Min.





“ 3 GLORY DAYS ”

Yoga eller Pilates kursus på 3 dage

3 x 60 minutter ▪ Euro 150

Ekstra personer ▪ Euro 60 per person



“ SOLO-YOGA ”

Yoga kursus på 6 dage ▪ søndag-fredag

60 minutter

I huset, haven, naturen eller på stranden

Søndag : 3 Timer Ayurveda introduktion herunder forfatningsmæssige diagnose

Min. 8 personer ▪ 90 Euro pr person pr uge

Min. 12 personer ▪ 70 Euro pr person pr uge



“ KOMPLET-YOGA ”

Ankomst, slappe af, velkomst, præsentation, med frugt cocktail og nydelse ...

Ayurvedisk 3-retters Menu kl. 19:00

Herunder ikke-alkoholiske cocktail såsom ingefær og lime med frisk frugt

6 dage ▪ søndag-fredag

Dagen begynder med varmt vand, ingefær, frugt, valnødder eller søde aromatiske mallorquinske mandler

60 minutter Yoga

Derefter nydes en tilpasset Yogisk-Ayurvedisk morgenmad

med mallorquinske specialiteter

Fritid til sol, strand og hav, vandreture, meditation,
massage, La Dolce vita...

3 dage kl. 16:00 · søndag · tirsdag · torsdag

60 min yoga

Ekstra: konstitutionelle diagnose, Ayurveda introduktion

Min 8 personer · Fra 150 Euro pr person pr uge

Min 12 personer · Fra 120 Euro pr person pr uge