



Yoga Retreat Italië, 5 t/m 12 augustus 2023

Hillary (YogabyHillz Voorhout) en Ylonka (Yoga-Touch R'veen) gaan weer een heerlijke yogaweek organiseren op een plek die voor sommigen heel herkenbaar zal zijn.

We gaan terug naar Italië. In het hart van het platteland van Umbrië en op een klein stukje rijden van het meer van Bolsena, ligt La Locanda Della Quercia Calante! Het is een prachtig verbouwde Italiaanse boerderij met authentieke kenmerken, gesitueerd in een park dat bestaat uit tuinen, bossen en terrasvormige gazons! Het is geheel eco-vriendelijk, gebruik makend van zonne-energie en de comfortabele kamers zijn vrij van magnetische velden.

Het is de perfecte plek om te ontspannen, je yoga-pilates te verdiepen, je los te laten in de dans, plezier te beleven en weer nieuwe energie op te doen! Gewoon even een heerlijk weekje voor jezelf.

De (1-/2-persoons) **kamers** bevinden zich in de boerderij of in een gebouw naast de boerderij, op de begane grond met eigen veranda en badkamer, uitkijkend op het mooie park. Alle kamers zijn ingericht in de typische Umbrië stijl met stenen vloer en houten balken. Een heerlijke combinatie van moderne comfort met rustieke elegantie.



La Locanda beschikt over een zeer groot **zwembad**, omringd door oude eiken, heeft een natuurlijke bron, is zoutgefilterd en dus vrij van chloor.

Het **restaurant** serveert verse maaltijden, bereid van biologisch verbouwde producten van eigen bodem. Natuurlijk zijn alle maaltijden inbegrepen en zullen een mix zijn van vegetarische en Italiaanse streekgerechten.



We hebben de beschikking over een volledig ingerichte **yogastudio** met ramen rondom zodat we een mooi uitzicht over het park hebben. Tevens mogen we gebruik maken van het **buitendek** voor verschillende lessen in de buitenlucht.



Ligging?

La Locanda is gelegen op 20 minuten afstand van de prachtige stad Orvieto (Terni Provincie), en op 15 minuten van het mooiste meer van Italië, Lago di Bolsena!

Er zijn uitstapjes mogelijk naar Umbrië, Orvieto, prachtige middeleeuwse steden als Civita di Bagnoregio, Sovana, Sorano, Pitiglian en Siena. Natuurlijk is een middagje aan het Lago di Bolsena ook mogelijk.

We kunnen uitstapjes maken naar interessante Olie&Wijn boerderijen, of een kookmiddag organiseren. Een heerlijke massage kan ook geregeld worden. Genoeg dus om je in je vrije uurtjes prima te vermaken!
Maar lekker genieten van het zwembad en de rust is natuurlijk ook heerlijk!



Wie kunnen deelnemen?

Iedereen!!! Je hoeft geen ervaren yoga-kenner of pilatesfan te zijn. Ook als je nog nooit yoga of pilates gedaan hebt, kun je meedoen. En misschien is dit wel een fantastische gelegenheid om het een keer te proberen. In een mooie omgeving, met lekker weer, op een prachtige locatie met superleuke mensen.

Alles is facultatief. Dat betekent dat je mag meedoen als je zin hebt. Je mag ook heerlijk bij het zwembad blijven liggen. Dat zou wel zonde zijn, want we gaan leuke dingen met elkaar doen. Zoals heerlijke, afwisselende yogalessen, Yin Yoga, Restorative Yoga, Hatha Yoga, Do-In Yoga. Enerverende pilateslessen en body&mind-lessen voor iedereen. En heerlijke ontspannings-oefeningen zoals Yoga Nidra en Latifa meditatie. Bij voldoende animo organiseren we diverse excursies, een Kookworkshop of een Wijn&Olie Proeverij! Tijdens deze Yogaretreat zul je je niet snel vervelen (mag wel)!



Wil je dit samen met je partner ervaren, kan dit! Wil je je dochter meenemen, ook leuk! Vind je het een mooie gelegenheid om een zussenweek te houden, jullie zijn welkom. Of wil jij wel meedoen maar je partner niet, kan dit natuurlijk ook! En bij twijfel neem contact met ons op!

Ons motto "*WEES WELKOM, KOM MEE EN GENIET*"



Wat gaat het kosten?

- € 885,00 p.p. op basis van overnachting in een gedeelde tweepersoonskamer
- € 1.200,00 p.p. op basis van overnachting in een éénpersoonskamer

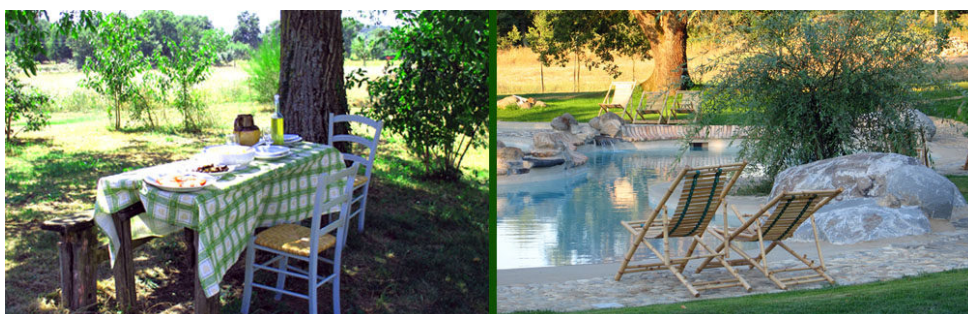
Deze prijzen zijn inclusief;

- 7 overnachtingen
- Alle lessen
- Workshops
- 3 verse en biologische maaltijden per dag
- 2 koffie/thee pauzes met vers fruit per dag
- Gebruik van yogazaal/yogabuitendek, centrale living, 2 zwembaden, tuinen en spa!

Maar exclusief;

- Reiskosten naar Italië
- Transfer vanaf het vliegveld of autohuur
- Reiskosten excursies
- Reis- en annuleringsverzekering
- Overige drankjes en persoonlijke uitgaven
- Deelname aan excursies, massage, etc..

Uiteraard gaan we van te voren nog kijken of er animo is om met elkaar leuke excursies te maken. Wij regelen een transfer voor jullie naar het resort. Maar dan moet er wel gezamenlijk gevlogen worden op vliegveld Rome, Fiumicino Airport! Uiteraard stemmen wij dit met iedereen af. Dit vliegveld is ook het makkelijkst als je met de trein of bus verder reist naar La Locanda of een auto huurt.



Betaling en voorwaarden

Wij vragen een aanbetaling van € 300,00 en een inschrijfformulier. Als wij deze betaling hebben ontvangen, is je aanmelding pas definitief. Mocht je onverwachts besluiten te annuleren, kunnen wij geen restitutie geven. De reservering bij La Locando is hiermee al gedaan. Het restant bedrag ontvangen wij uiterlijk voor 1 februari 2023.

Bij annulering na 1 februari 2023 moeten wij helaas de volledige reissom doorberekenen. Zorg dus voor een goede annuleringsverzekering!!! Mocht de week niet doorgaan vanuit de organisatie, dan krijg je vanzelfsprekend het hele bedrag teruggestort. Mocht de reis niet doorgaan i.v.m. Covid-maatregelen ontvang je een voucher die het jaar daarna (2024) gebruikt kan worden.

De yogaweek gaat door bij voldoende deelnemers. Hierover wordt je op de hoogte gehouden, zodat je na 1 december de vlucht kunt boeken of wellicht eerder. Wij geven dan duidelijke informatie welke vlucht geboekt moet worden en hoe de verdere reis zal verlopen.

We gaan er een fantastische week van maken in een superleuk verblijf, met heerlijke maaltijden in een heerlijke omgeving. En we hopen dat we weer een prachtige groep deelnemers mogen verwelkomen.

Hartegroet Hillary en Ylonka



Contactgegevens;

- Hillary, info@yogabyhillz.nl en tel.nr. 06 16 16 83 68;
- Ylonka, info@yoga-touch.nl en tel.nr. 06 22 48 28 22

./. Bijlage; Inschrijfformulier

Inschrijfformulier “Yoga-retreat Italie 2023”

Plaats La Locanda Della Quercia Calante, Italië

Datum 5 augustus t/m 12 augustus 2023



Deelnemer(s)

Geslacht m/v	
Voornaam	
Achternaam	
Straat	
Postcode	
Plaats	
Land	
(Mobiel) telefoonnummer	
E-Mail	
Leeftijd	
Naam Yogacentrum	
Yoga-ervaring	
Contactpersoon in Nederland	

Opmerking;

Hiermee maak ik een definitieve boeking en ga ik akkoord met de voorwaarden;

Plaats, datum

Handtekening;

Stuur het ingevulde en ondertekende aanmeldingsformulier aan info@yoga-touch.nl.

Je ontvangt van ons een bevestiging met daarin de bankgegevens voor de (aan)betaling.

Zodra het aantal deelnemers bekend is, berichten wij je nader over vlucht, transfer, etc. Wij vertrouwen erop dit voor 1 februari 2023 te kunnen doen.