

"Weggehen, um Anzukommen", Anusara Inspired™ Yoga-Retreat mit Nadeen Mirza in St. Peter Ording im "Das Kubatzki", 10.-13. Dezember 2020

Ablauf: In den Tag starten wir nach kurzer Einführung in ein „Herzthema“ und Zentrierung mit einer dynamisch fließenden Morgenklasse. Beim anschließenden Frühstück genießen wir größtenteils regionale Bioprodukte, aus denen Smoothies, Brotaufstriche, Eierspeisen etc. gezaubert werden. Anschließend hat jeder Zeit, das zu tun, worauf er Lust hast: in der Natur spazieren gehen oder Radtouren unternehmen (das „Kubatzki“ vermietet Leihräder), an Wattwanderungen teilnehmen, sich in den auf Stelzen errichteten Strandrestaurants kulinarisch verwöhnen lassen, den Ort erkunden, die hoteleigene Sauna genießen, sich eine Massage im Kubatzki oder einem der anderen Kurhotels gönnen oder bei Sonnenschein eingehüllt in Decken auf den Kubatzki'schen Terrassen bei köstlichem Kaffee oder Tee endlich mal die Ruhe zum Lesen oder Träumen finden... In unserer Yogaklasse am Abend werden wir in eine feinere und sinnlichere Praxis eintauchen um bei "uns selbst" anzukommen. Das anschließende Abendessen erfüllt den Kubatzki'schen Anspruch: Ayurveda trifft internationale Hausmannskost". Auch hier werden weitestgehend regionale Bioprodukte verwendet. Ich freue mich sehr auf diese kleine Auszeit mit Euch!

Yoga:

- * Do.: Abendklasse / Fr. & Sa.: Morgen- & Abendklasse / So.: Morgenklasse
- * morgens: kreativ-kraftvoller Yogaflow / abends: meditativ-sinnliche Praxis (je 90min)
- * Kosten: 215 € Normalpreis / 195 € Frühbucher (bei Geldeingang bis 29.8.2020)

Unterkunft:

- * im "Kubatzki"
- * inkl. Halbpension: ayurvedische, internationale Kost auf hohem Niveau (optional vegetarisch / vegan).
- * inkl. Nutzung der Sauna- und Ruhelounge, PKW- Stellplatz, WLAN, Wasser & Tee
- * Yoga-Zubehör wie Matte (sauber), Blöcke, Decke & Bolster vorhanden

Preise pro Person und inkl. Halbpension für den ganzen Zeitraum (3 Nächte):

- * Mini“ als Einzelzimmer 445,50 €
- * „Mono“ als Einzelzimmer 505,50 €
- * „Stereo“ als Einzelzimmer 580,50 € / als Doppelzimmer 357,75 €
- * „Maxi“ als Doppelzimmer 395,25 €
- * „Kleine Swiete" als Doppelzimmer 470,25 € / als Drei-Bett-Zimmer 373,50 €
- * „Große Swiete" als Vier-Bett-Zimmer 328,88 €

Buchung und Bezahlung :

Das Yoga-Paket wird bei mir gebucht. Die Zimmer direkt beim „Kubatzki“.

Folgenden Ablauf von Buchung und Bezahlung bitte beachten:

1. Email an info@nadeenmirza.com mit Anfrage nach Verfügbarkeit eines Platzes.

Nach erfolgter positiver Rückmeldung:

2. Eigenständige Buchung der Unterkunft direkt beim „Kubatzki“ unter Angabe des Zeitraums 10.-13.12.2020 und des Lehrernamens: Telefon: 04863-7040, E-Mail: info@das-kubatzki.de (Zimmerkontingent wird bis 21 Tage vor Reisebeginn für unsere Teilnehmer reserviert; erfahrungsgemäß sind die Zimmer aber vorher ausgebucht)

3. Ausfüllen dieses Anmeldebogens (siehe unten) inkl. Unterschrift

4. Zusendung des unterschriebenen Anmeldebogens und der Buchungsbestätigung des Hotels an: info@nadeenmirza.com oder an: Nadeen Mirza, Rellinger Straße 41, 20257Hamburg.
Die Anmeldebestätigung erhältst Du dann direkt per Email.

5. Überweisung des Betrags für das Yoga-Paket innerhalb von 2 Wochen nach Anmeldebestätigung auf folgendes Konto: Nadeen Mirza, IBAN: DE87 1005 0000 1150 2360 31, BIC: BELADEVB33XXX, Berliner Sparkasse unter Angabe des Verwendungszweckes „Yogareise St. Peter Ording Dezember 2020“.

Rücktritt durch den Teilnehmer des Yoga-Programms:

Bei einem Rücktritt von der Teilnahme am Yogaprogramm bis zum 10.9.2020 erhält der Teilnehmer 50% der Kosten für das Yogaprogramm zurück. Bei einer späteren Stornierung wird keine Rückzahlung gestattet.

Rücktritt durch die Anbieterin des Yoga-Programms:

Die Yogalehrerin behält sich vor, bei einer Teilnehmerzahl unter 8 Personen bis 50 Tage vor Reisebeginn vom Angebot des Yoga-Programms zurückzutreten. Zu diesem Zeitpunkt ist auch noch eine Stornierung der Hotel-Buchung bei „Das Kubatzki“ kostenfrei möglich (bis zum 43. Tag vor Reisebeginn). Stornobedingungen nach dem 43. Tag vor Reisebeginn gemäß Regelungen der Unterkunft „Das Kubatzki“.

Bei Rücktritt der Yogalehrerin werden die erfolgten Geldeingänge zurück überwiesen.

Gegen mich, die Yogalehrerin, können bei Nichtzustandekommen des Yoga-Programms keine Haftungs- und Ersatzansprüche geltend gemacht werden.

Wenn die Veranstaltung vorzeitig verlassen wird, besteht kein Rückerstattungsrecht.

Angaben zum/zur Teilnehmer(in) & verbindliche Anmeldung:

vollständiger Name

vollständige Adresse

Telefon

Email

Geburtsdatum

Yogapraktizierend seit / Yogastil

evtl. Verletzungen /Schwangerschaft (beides bitte unbedingt angeben!)

Hiermit akzeptiere die Zahlungs- & Rücktrittsbedingungen und melde mich verbindlich an.

Die Bestätigung der Hotelbuchung habe ich angefügt.

Datum, Unterschrift