

Fasten – Wandern – Yoga

17. – 24. Oktober 2021

Gozo (Malta)

- 6 Fastentage
- täglich ein frisch gepresster Obst-/Gemüsesaft und eine frisch gekochte Fastenbrühe
- Zeremonielle Fastenbegleitung durch Lukas und Maxi
- Wanderungen, Yoga, Meditationen
- Ausflüge in die herrliche Umgebung
- Sauna, Bauch-Selbstmassage, Leberwickel u.v.m.



Fasten im luxuriösen Farmhaus



Gozo – das sind sandige Felsen, dramatische Steilküsten und ewig blaues Meer. Die Kargheit der Insel unterstützt die Fokussierung aufs Wesentliche, es gibt viel Raum für leichte Wanderungen, angenehme Temperaturen im Herbst und frische Meeresluft um tief durchzuatmen. Beste Bedingungen für eine erfolgreiche Fasten-Auszeit!

Wir möchten Dir diese wertvolle Zeit des Jahres so angenehm wie möglich gestalten und haben ein tolles Haus gefunden, mit allen Annehmlichkeiten, die man sich vorstellen kann: Es gibt einen Außenpool, einen Jacuzzi, eine Sauna, Kamine, eine große Terrasse, Blick zum Meer und viele weitere Annehmlichkeiten. Außerdem ist das Haus aus natürlichem Material von der Insel gebaut – Wohlfühlmosphäre garantiert! Die perfekte Verbindung von Tradition und Luxus.



Inklusivleistungen:

- Transfer vom Flughafen Malta (MLA) nach Gozo und vice versa inkl. Fähre
- Leichtes Abendessen am 1. Abend und leichtes Frühstück am letzten Morgen
- Unterkunft im Doppelzimmer
- Täglicher frisch gepresster Obst-Gemüsesaft und eine Fastenbrühe
- Tee und Wasser ohne Ende
- Wanderungen und Ausflüge in die herrliche Umgebung und nach Comino
- Morgendliche und Abendliche Meditation
- 3 – 4 Yogaeinheiten
- Feuerzeremonie
- Sauna
- Anleitung zur Bauch-Selbstmassage mit ätherischen Ölen
- Anleitung zum Leberwickel
- U.v.m.

Den genauen Programmablauf möchten wir der jeweiligen Gruppenenergie und auch dem Wetter anpassen. Daher gibt es (außer für die morgendlichen und abendlichen Meditationen) keine festgelegten Termine.

Alle Programmpunkte bieten wir optional an und die Teilnahme ist natürlich nicht verpflichtend. Jedoch möchten wir allen Fastenden die Teilnahme an den täglichen morgendlichen Meditationen wärmstens ans Herz legen, denn hier wachsen wir als Gruppe zusammen und es gibt Raum für Austausch und Mitteilen innerhalb der Gruppe.

Preis:

889,- € im Doppelzimmer

Buchung

Zur Buchung bitten wir Dich, uns eine Email zu schreiben an: Maximilia.Nitsche@web.de. Bitte lass uns wissen, falls es jemanden gibt, mit dem Du das Zimmer gern teilen möchtest.

Um Dir Deinen Platz definitiv zu sichern, ist eine Anzahlung von 50% des Gesamtpreises (also 444,50 €) nötig. Bitte schreibe mir zur Anmeldung eine Email.

Günstige Flüge nach Malta gibt es übrigens bei Airmalta.com.

Stornierung:

Im Falle einer Stornierung berechnen wir wie folgt:

21 Tage vor Anreise: 100%

22 – 45 Tage von Anreise: 50%

Bis 46 Tage: kostenfrei

Falls das Retreat aufgrund von Corona-bedingten Maßnahmen nicht stattfinden kann, bekommst Du selbstverständlich den kompletten Betrag zurückerstattet.

Kontaktdetails:

Maxi:

Email: Maximilia.Nitsche@web.de

Telefon: 0049 176 944 80829

WhatsApp / Telegram: 0041 76 2742262

Lukas:

Email: viva@kambomedicina.berlin

Telefon / WhatsApp / Telegram: 0049 151 53246370