



Yoga & Meer

# Safaga

Ägypten, 12.–19. November 2023

## Auf den Spuren Kleopatras in der Villa Safaga

Die Villa Safaga bietet dir absolute Ruhe, Sonne, Meer und einen menschenleeren Strand.

**MORGENYOGA** MIT KARIN | **ABENDYOGA** MIT MARGARETE | **MASSAGEN** MIT RENATE, DER HAUSHERRIN

Du verbringst deine Tage unter gleichgesinnten Kleopatras und hast die Möglichkeit des Rückzugs, wenn dir danach ist. Du nährst dich auf allen Ebenen.

Kleopatra badete in Eselsmilch um sich seelisch zu nähren – wir baden im achtsamen Miteinander, in Yogaflows und heilenden Massagen.

Du lässt deine Seele baumeln, du stärkst dein Immunsystem vor dem Winter unter der ägyptischen Sonne mit der Unterstützung der starken Yinkraft des Meeres.

Du wachst auf mit der Morgensonne, die dich auf eine Runde Schwimmen einlädt oder auf einen kleinen Morgenspaziergang – vielleicht möchtest du lieber ruhig am Wasser sitzen, mit deiner Tasse Tee in der Hand und den kleinen Wellen lauschen oder du kommst direkt aus dem Bett zum Yoga.

Der Tag beginnt zeitig in Safaga, denn die Sonne zeigt sich schon sehr früh von ihrer besten Seite mit warmen Sonnenstrahlen. Die Sonne nimmt auch früh die Hitze des Tages wieder mit, wenn sie wie ein leuchtend roter Ball im Meer versinkt.

### KURSIHALT

6 x Morgenyoga: 7.00–8.30 Uhr

6 x Abendyoga: 16.00–17.30 Uhr

Massagetermine bei Renate kannst du mit der Anmeldung reservieren oder vor Ort buchen. (Es kann sein, dass du süchtig wirst nach Renates Massagen – also sichere dir deine Termine)

„Die Welt gehört dem,  
der sie genießt.“

# drei Frauen ein Team

**Karin** unterrichtet Hathayoga und führt mit ihrer wohltuenden, tiefen Stimme durch ihre Yogaeinheiten. Sie begleitet die Asanas mit ihrem grossen Wissen über den menschlichen Körper.

**Margarete** leitet dich mit Triyogaflows und seinen wellenförmigen Bewegungen der Wirbelsäule von einer Yogaposition in die nächste. Atemmeditationen und heilsame Lieder unterstützen dein Körpergefühl für Schönheit und Anmut.

**Renates** langjährige berufliche Erfahrung ermöglicht ein Angebot von Fußreflexzonenmassagen bis Ayurvedamassagen – sie kreiert deinen Bedürfnissen entsprechend deine persönliche Massage. Lass dich ein und genieße.

## KOSTEN

**7 Nächte mit „Halbpension“  
um € 940,- pro Person exkl. Anreise**

Yogaeinheiten € 480,-

7 Übernachtungen im eigenen Schlafzimmer in einem Apartment € 280,-

Lebensmittelkosten €180,- (inkl. Tees und Säfte und Wasser, wir bereiten den Brunch und das Abendessen gemeinsam zu) Vegetarische / vegane Kost – auf Wunsch leichtes Fasten.

Für Snacks zwischendurch gibt es vor Ort Einkaufsmöglichkeiten.

Nicht inkludiert:

1x Essen in Safaga

1x Schnorchelausflug

€ 40,- Transfer, hin und retour

€ 45,- pro Massage à 60 Minuten



**VILLA SAFAGA** | *direkt am Strand – näher geht es nicht mehr, sonst wäre die Villa ein Schiff*

Die Villa Safaga bietet Apartments mit 2 und 3 Zimmern. Du teilst ein Apartment und hast ein eigenes Zimmer, Bad und Küche werden gemeinsam genutzt. Ein Apartment zur Einzelnutzung ist nur bei geringer Teilnehmerzahl möglich.

<https://renate-wegmayer.jimdosite.com/urlaub-safaga-aegypten/>

## ORGANISATORISCHES

Selbständige Anreise. Wir stehen gerne für Informationen zur Verfügung.

Ob die Yogaeinheit am Ankunfts- und Abflugtag stattfindet, hängt von der Flugzeit ab.

Anmeldung bis 15. August 2023 möglich.



[www.weitzendorf.at/yogareise-meer-safaga](http://www.weitzendorf.at/yogareise-meer-safaga)

**Margarete Weitzendorf** M +43 676 46 45 360 E [margarete@weitzendorf.at](mailto:margarete@weitzendorf.at) W [www.weitzendorf.at](http://www.weitzendorf.at)