

Yogabriel präsentiert

# YOGA - CARDIO FERIEN

*22. - 29. Mai 2010*

*Griechenland Kreta - Malia \*\*\*\*\* Hotel Alexander Beach*

# YOGA - CARDIO FERIEN

Der Ort Malia liegt direkt an dem flach abfallenden 500m langen Sandstrand auf Kreta (Griechenland). Das \*\*\*\* Hotel Alexander Beach & Village bietet rundum Yoga - Cardio Lektionen auch noch mehr!

Vom 22. bis 29. Mai 2010

## Was ist Yoga – Cardio?

Die Kombination Bewegung & Yoga, ist für Körper, Geist & Seele optimal. Vor jeder Yogalektion wird ein Gymnastikprogramm durchgeführt, wodurch der Herzkreislauf erhöht wird. Danach üben wir im Yoga die Asanas mit aufgewärmten Muskeln. Wir können Euch diese Kombination sehr empfehlen, denn nur so ist der Begriff „fit wie ein Turnschuh“ ganz klar zu verstehen.

**Preis pro Person CHF 1'950.-**

(Flug, 7 Übernachtungen, VP, Yoga- Cardio Lektionen)

**Reservation: 079 352 46 60 [www.yogabriel.ch](http://www.yogabriel.ch)**

**Team: Gabriel Vecellio & Domenico De Santis**