

# YOGAFARIEN MALAGA – INFOSHEET

*...Jedes Mal aufs Neue freue ich mich unglaublich auf das „uf und devo“...auf diesen magischen Kraft Ort...wo heilende, nährende Energie dich einladet alle deine Alltagssorgen weit hinter dir zu lassen... Balsam für die Seele! Wie gut tut es dir und mir gemeinsam dort zu sein. Nach drei Jahren Malaga-Pause ist es wieder so weit, hier ein Paar Informationen für Dich:*

## ANMELDUNG

Ich freue mich sehr, dass du dich für die Yogaferien anmelden möchtest.

Bitte schreibe mir am besten direkt eine E-Mail mit dem Betreff "Anmeldung Yogaferien in Malaga" und ich werde mich umgehend mit Dir in Kontakt setzen. Selbstverständlich darfst Du mich auch unkompliziert via Whatsapp kontaktieren.

+41 79 708 68 68  
catia.gulino@bluewin.ch

## EARLY BIRD RABATT AUF DAS YOGA-KURSGELD

Für alle «Early Birds» gibt es 80 CHF geschenkt, das heisst, meldet ihr euch bis Ende Oktober 2025 definitiv an, profitiert ihr von diesem tollen Angebot! Yogapraxis für 500 statt 580 CHF!

Für alle Kurzentschlossenen, die sich später anmelden, gilt der reguläre Preis von 580 CHF.

## KOSTEN UNTERKUNFT (Abwicklung mit der Unterkunft)

Kosten Aufenthalt „Finca „all inclusive“ von So. 03.5. – 10.5.26

Preise für ein Zimmer in der Finca /Vollpension:

- pro Woche / 1 Person / Einzelnutzung	895 Euro
- pro Woche / pro Person / Zweibettzimmer zu zweit	750 Euro
- pro Woche / pro Person / Grosses Zweibettzimmer zu zweit	800 Euro
- pro Woche / pro Person / Grosses Zimmer / Einzelnutzung	945 Euro



## YOGAPRAXIS – KURSKOSTEN (Abwicklung mit Catia Gulino)

500 CHF / Bei einer Anmeldung bis Ende Oktober 2025

580 CHF / Bei einer Anmeldung ab 1. November 2025

## ZAHLUNGSBEDINGUNGEN

Der vollständige Betrag der **Kurskosten** (500 CHF oder 580 CHF) wird im Januar 2026 (ab Januar dann bei jeweiliger Anmeldung) fällig. Die Zahlung erfolgt via E-Banking Überweisung.

**Unterkunft:** Der Gesamtbetrag für den Aufenthalt muss bis spätestens 10 Tage vor der Anreise an die CASA EL MORISCO überwiesen werden.

## FLUG

Den Flug musst du selbstständig buchen. Es wird empfohlen Flüge zu buchen, die bis spätestens um 17.00 Uhr in Malaga landen, da Flüge, die danach landen, oft mit grosser Verspätung ankommen.

Zwischen 8.00 morgens bis 20.00 abends steht dir ein Shuttle Bus-Service der Finca zur Verfügung.

## STORNIERUNGSREGELUNG KURSGELD

Solltest Du deine Anmeldung stornieren wollen, gelten folgende Konditionen:

- Storno bis Ende Dezember 2025: 150 CHF Umtriebskosten
- Storno bis Ende Februar 2026: 300 CHF Umtriebskosten

Bei Stornierung ab März 2026, wird das vollständige Kursgeld von 580 CHF fällig.

## ZIMMERRESERVATION

Nach deiner Anmeldung bei mir, wird, sobald du deinen Flug gebucht hast, auch dein Zimmer in der Finca **fix** für dich reserviert.

## YOGAPRAXIS

Die Yogapraxis werde ich den Teilnehmer\*innen anpassen. Das heisst, sie kann variieren von Basic bis anspruchsvoll.

Somit hat jeder\*r der kommen möchte eine Chance dabei zu sein. Ich denke auch, dass Yoga jedem immer wieder aufs Neue sein eigenes Werkzeug und die Möglichkeit schenkt, an der eigenen Praxis zu wachsen, ganz egal wie sie gestaltet wird.

## ÜBER DIE FINCA « EL MORISCO »

- Die Finca ist ein neues traumhaftes Anwesen mit viel Platz. Sie befindet sich auf dem Hügel oberhalb der "Casa" und bietet eine atemberaubende Aussicht auf das Meer! Inmitten der Natur umgeben von Pflanzen und Obstbäumen, kannst du auf Hängematten und Liegestühlen deine Seele baumeln lassen und dir viel Zeit schenken. Auch besteht die Gelegenheit, ans Meer zu laufen, in ca. 20 min. zu Fuss bist du schon am Strand und mit dem Shuttlebus dauert es nur einige Minuten!



Weiter besitzt die Finca neben den vielen Zimmern einen Pool, eine Sauna und eine grosse Yogahalle, die wir benutzen dürfen.

Einzig die Küche wird bei unter 10 Teilnehmer\*innen nicht in Betrieb genommen. Das ist jedoch kein Problem. In diesem Fall würden wir im unteren Haus, der schönen "Casa", essen, die wir von den letzten Retreats bereits sehr gut kennen. Ausserdem verfügt die «Casa» über einen wunderschönen Garten!

# PROGRAMM/ABLAUF (Änderungen vorbehalten)

## **Sonntag**

Well-being und sich von der Aussicht und dem feinen Buffet verwöhnen lassen!

## **Montag - Samstag**

*Morgenpraxis* inklusiv Yoga Nidra

07.30 -10.00 Uhr

Meditation, Mantra, Pranayama & Asanapraxis

## *Frühstück*

ab 10.30 Uhr

## *Abendpraxis*

17.00-18.45 Uhr / Restoratives Yoga

## *Abendessen*

ab 19.00 Uhr

## *Mittwoch und Samstagnachmittag frei* (evtl. gemeinsamer Ausflug)

Mögliche Beisammen sein, meditieren, singen, im Pool baden oder tanzen vor der Nachtruhe! Wir entscheiden dann gemeinsam, wonach wir Lust haben...

*Samstagabend* nach dem Abendessen gibt es voraussichtlich eine schöne Abschlussrunde

## **Sonntag**

Brunch und Abreise (beachte deine Abflugzeit, Abreise ab Finca zirka 3 Stunden früher...)

Ich möchte mich nicht ganz festlegen, dies ist ein Ablauf, an dem ich mich mehr oder weniger halten werde...jedoch hoffe ich auf Verständnis und Platz für Spontanes, deshalb: Änderungen sind jeweils gut möglich.

- let's feel free & spontaneous!  
om shanti und allen eine frohe Zeit

Herzlichst, Catia