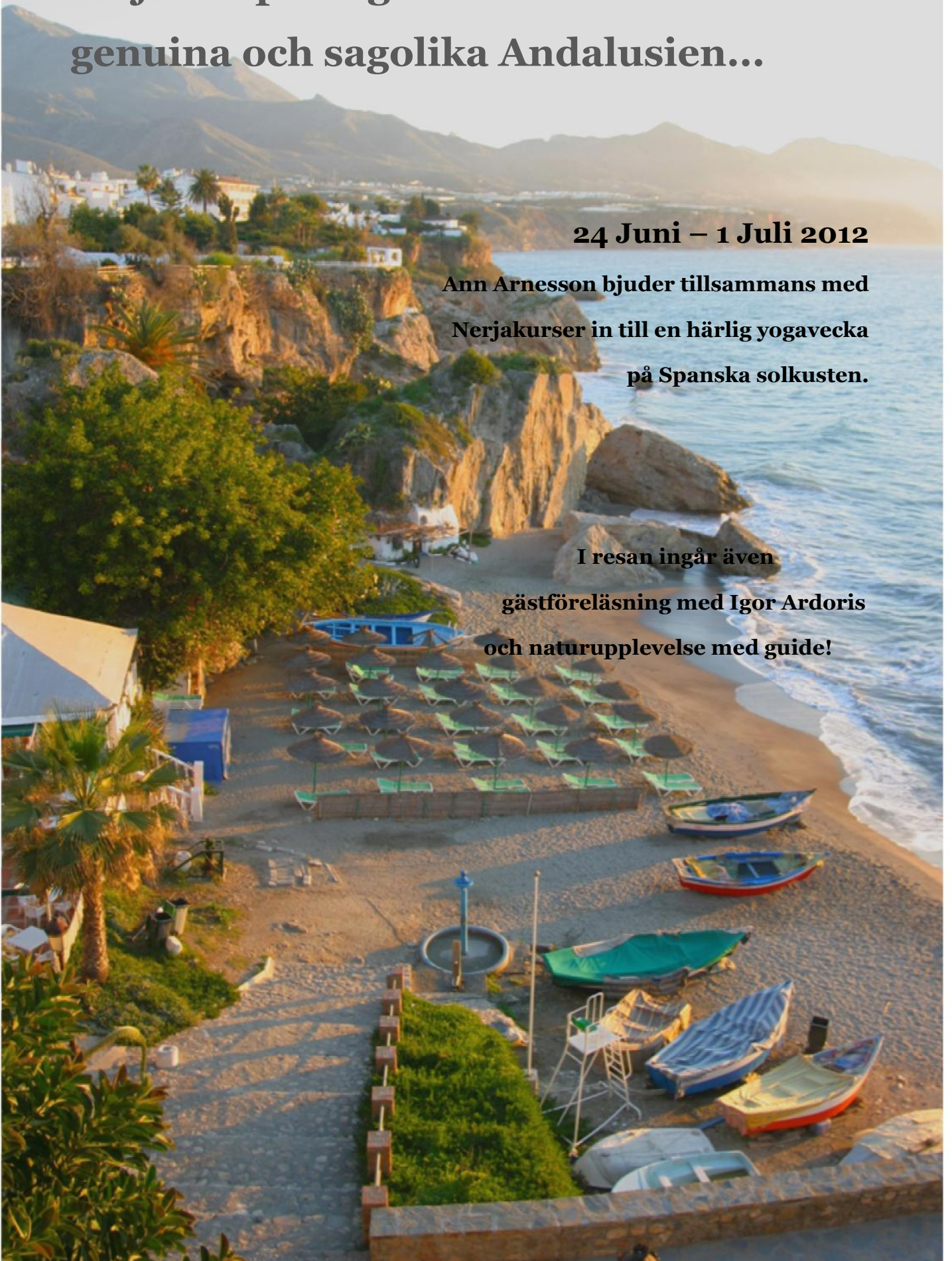


# **Följ med på Yogaresa till det genuina och sagolika Andalusien...**

**24 Juni – 1 Juli 2012**

**Ann Arnesson bjuder tillsammans med Nerjakurser in till en härlig yogavecka på Spanska solkusten.**

**I resan ingår även gästföreläsning med Igor Ardoris och naturupplevelse med guide!**



**Allt detta ingår:**

**Yogaträning och föreläsningar med Ann Arnesson.**

**Gästföreläsning med Igor Ardoris.**

**Möjlighet till individuell konsultation och coaching.**

**Del i dubbelrum inkl. frukost på Hostal San Miguel  
eller lägenhet med självhushåll för familjer.**

**Transfer till/från flygplatsen i Malaga.**

**Naturupplevelse med guide.**

**Totalpris: 5 490: -**

(Obs! Flygresa ingår ej!)

(För familjepriser se hemsidan)



**Vi reser till Nerja, en idyllisk semesterort med Europas bästa klimat. Branta klippor avlöser små badstränder och ger fantastiska möjligheter till återhämtning och förnyad kreativitet. Måndag till lördag tränar vi Yoga och får ta del av föreläsningar. I Nerja känner man sig snabbt hemma, både vuxna och barn trivs utmärkt bland ett gediget restaurangutbud och underbara stränder. Från och med 2012 ingår dessutom en naturutflykt med mycket kunnig guide från Lifeadventures i priset!**

## **Så här ser dagarna ut under veckan...**

### **Söndag 24 Juni -ankomstdag**

Vi blir hämtade på flygplatsen och anländer till Nerja efter ca 45 minuter. Man känner sig snabbt hemma här och beroende på ankomsttid hinner vi med ett dopp i havet och en god middag på stan.

Eventuellt blir det en liten välkomsträff på kvällen när alla deltagare är på plats.

### **Måndag 25 Juni - Kursstart**

Dags att sätta igång med träningen!

Yogapass 7.00-9.00

Fri eftermiddag

Föreläsning med Ann 17.00-18.30

### **Tisdag 26 Juni**

Marknadsdag i Nerja

Yogapass 7.00-9.00

Fri eftermiddag och kväll.

### **Onsdag 27 Juni -Naturutflykt**

Yogapass 7.00-9.00

Naturutflykt 15.00

Vi åker på en jeepsafari med kunniga guiden Mike, han berättar levande om floran och faunan och vi kommer snart fram till en "hemlig" badplats.

### **Torsdag 28 Juni**

Yogapass 7.00-9.00

Fri eftermiddag

Föreläsning med Ann 17.00-18.30

### **Fredag 29 Juni - Gästföreläsare Igor Ardoris**

Yogapass 7.00-9.00

Fri eftermiddag

Föreläsning med Igor 17.00-19.00

### **Lördag 30 Juni -avslutning**

Yogapass 7.00-9.00

Avslutning

### **Söndag 1 Juli –avresedag**

Vi får transport till flygplatsen i Malaga och lovar att komma snart tillbaka...

**För mer information se [www.Nerjakurser.se](http://www.Nerjakurser.se) eller mejla till [info@nerjakurser.se](mailto:info@nerjakurser.se)**