

Yogaferien auf Malta - Merħba u saħħa! - Herzlich willkommen!

Beginne Dein Jahr in der Sonne Maltas und setze Deine guten Vorsätze in die Tat um oder verlängere Deinen Sommer in 2026!



Praktiziere täglich Yoga und Meditation unter Anleitung einer erfahrenen Yoga- und Meditationslehrerin zum Thema „Hatha Yoga und die 5 Elemente im Ayurveda“, richte Dich neu aus und komme wieder in Kontakt mit Dir selbst und Deinen Bedürfnissen. Gönn Dir eine Auszeit und den Luxus eines nachhaltig geführten 4-Sterne-Hotels mit Meer- oder Landblick, Spa, Schwimmbad, Massageangebot und reichhaltigem Frühstücks- und Abendbuffet.



Wir werden die jahrtausendalten Schönheiten dieser Insel auf Wanderungen und kleinen Ausflügen erkunden. Besuchen den Sonntagsmarkt in Marsaxxlock, die Weltkulturhauptstadt Valletta, die geheimnisvolle Mittelalterstadt Mdina, die Filmkulisse für einige Kino Blockbuster war und spüren die Energien der ca. 5000 Jahre alten Tempelanlage Ġgantija auf der Schwesterinsel Gozo.



An zwei Kurzworkshops lernen wir Techniken zur Selbsthilfe im Umgang mit Stress kennen (z.B. Stress erkennen, Stressoren identifizieren, Atemtechniken, verschiedene Entspannungs- und Meditationstechniken)

Reisezeiträume 2026:

1. 19.01.26 – 23.01.2026	Anmeldung bis	zum 7. Dezember 2025
2. 23.03.26 – 27.03.2026	Anmeldung bis	zum 31. Dezember 2025
3. 19.10.26 – 23.10.2026	Anmeldung bis	zum 30. April 2026
4. 16.11.26 – 20.11.2026	Anmeldung bis	zum 31. Mai 2026

Kosten: 250€ für 5 Tage Yoga- und Meditationskurs

Hotelkosten inkl. Halbpension im Hotel Riviera Spa Resort Malta:

	19.01.- 23.01.2026	23.03.- 27.03.2026	19.10.- 23.10.2026	16.11.- 20.11.2026
EZ, DZ, 3-Bett Country view balcony	5 Tage p.P. 295 € EZ	5 Tage p.P.295 € EZ	5 Tage p.P. 435 € EZ	5 Tage p.P. 320 € EZ
DZ, pool view balcony	5 Tage p.P. im DZ 455 €	5 Tage p.P.im DZ 455 €	5 Tage p.P.im DZ 470 €	5 Tage p.P. im DZ 335 €
DZ deluxe seaview, balcony	5 Tage p.P. im DZ 540 €	5 Tage p.P. im DZ 540 €	5 Tage p.P. im DZ 570 €	5 Tage p.P. im DZ 440 €

z.B.



Geringe zusätzliche Kosten entstehen für Ausflüge an freien Nachmittagen (z.B. Mietwagenanteil, Minibus oder Bus), Eintrittsgelder Tempelanlage und für den Flughafentransfer.

Günstige Flüge findest Du im Internet. Es gibt auch die Möglichkeit früher anzureisen oder länger zu bleiben. Bitte gib mir diese Information rechtzeitig bei Deiner Buchung an. Es wird eine Anzahlung von 30% bei der Buchung für die Zimmerreservierung benötigt.

Anmeldung und weitere Informationen bei Sabine Stratmann unter: Tel.: 0152-53890044 (auch WhatsApp)

E-Mail: info@yogameditationherdecke.de