

YOGAURLAUB IN THAILAND 2019

mit Anusara-Inspired™ yoga teacher **Angelika Wukovits**

1. bis 8. März 2019

Wir verbringen eine entspannte Woche im familiären, von Dee und Roland Wukovits privat geführten Resort „The Hillside“ **umgeben von einer abwechslungsreichen Hügellandschaft, nur drei Kilometer vom Meer entfernt.**

Die Region Pranburi an der Küste zum Golf von Thailand liegt ein Stück **abseits der ausgetretenen Touristenpfade** und garantiert **ruhigen, naturverbundenen und kulturell interessanten Urlaub.**

Der **Strand ist einer der thailändischen Hotspots für Kitesurfer!** Nahe sind **reizvolle Strandabschnitte** – zwei lange, oft menschenleere Strände und dazwischen der Berg Khao Kalok mit kleinen Buchten, die man nach einer kurzen Wanderung erreicht.

Im Resort finden etwas über 20 Personen in vier Bungalows, einer Villa, einem Doppel- und einem Familienzimmer Platz. Die Zimmer können auch **unabhängig vom Yoga** gebucht werden, d.h. gerne **Familie und Freunde mitnehmen** (die nicht am Yogaprogramm teilnehmen)!

Während des Yogaurlaubs organisieren wir optional ein interessantes Rahmenprogramm rund um Kultur und Natur in der Region. Tagesausflüge z.B. zu den **Nationalparks Sam Roi oder Kui Buri** oder in die sympathische Stadt **Hua Hin mit dem berühmten Night Market** sind sehr eindrucksvoll. Mit einem Motorroller (ist empfohlen, aber auch mit dem Fahrrad zu fahren ist möglich) und einer Portion Spaß und Abenteuerlust kann die unmittelbare Umgebung entdeckt werden, z.B. der **Mangrovenpfad Nationalpark, der Chinesische Tempel mit Aussichtspunkt** und ein paar **regionale Märkte** in Pranburi und dem Fischerdorf Pak Nam Pran.

Wer es ruhiger angehen möchte, entspannt einfach am Pool oder Meer. Und wer seine eigene Yogapraxis vertiefen möchte, kann gerne vor Ort eine Yoga-Einzelstunde buchen.

Programm nach dem Motto **„Yoga, friends and family: relaaaxed!“**

- Yoga (Asana, Pranayama und Meditation sowie Philosophie) täglich ein- bis zweimal von Samstag bis Donnerstag, meist zweistündige Einheiten
- abwechslungsreiches Brunch-Bufferet (auf Wünsche wird gerne eingegangen)
- der Rest des Tages steht zur freien Verfügung für Ausflüge, Meer und Pool
- ein gemeinsamer Grillabend inklusive
- auf Wunsch Yoga-Einzelstunden

Unsere **Yogagruppe zählt maximal 14 TeilnehmerInnen.** AnfängerInnen sowie Fortgeschrittene sind willkommen.

Der Yogaurlaub beinhaltet:

- 7 x Übernachtung (Anreise Fr, 1.3. bis Abreise Fr, 8.3.2019) inkl. reichhaltigem Brunch
- Yogaprogramm (Sa, 2. bis Do, 7.3.2019)
- ein gemeinsamer Grillabend

Überblick Preise

YOGA INKL. GRILLABEND: bis 1.12.2018: € 260,-, danach € 280,-
Treuebonus für TeilnehmerInnen der Vorjahre: € 250,-

auf Wunsch YOGA-EINZELSTUNDEN: € 50,- (je Einheit à 60 min.)

pro ZIMMER / Woche: (THB = Thai Baht, Umrechnungskurs derzeit ca. 1 € = 38 THB)

Doppelzimmer (f. max. 2 Pers.): 6.500 THB (ca. € 170,- pro Zimmer und Woche)

Bungalow (f. max. 3 Pers.): 8.500 THB (ca. € 225,-)

Familienzimmer (f. max. 4 Pers.): 10.000 THB (ca. € 265,-)

Villa (f. max. 5 Pers.): 14.000 THB (ca. € 370,-)

Nähere Informationen zu den Zimmern auf www.thehillside.net

VERPFLEGUNG pro Person/Woche: 3.500 THB (ca. € 95,-); Kinder unter 14 Jahren 2.100 THB

Bei näherem Interesse nimm bitte Kontakt mit mir auf! Ich schicke dir gerne die Programmdetails per e-mail zu, woraus du den genauen Stundenplan und weitere Infos entnehmen kannst.

An- und Abreise / weitere Reise

Bangkok und der Suvarnabhumi International Airport sind **drei Autostunden** entfernt. Reisen in Thailand ist sehr einfach: über (Mini)Busse, Züge und Taxis gibt es **gute und günstige Verkehrsanbindungen**.

Angelika ist laut Gesetz keine Reiseveranstalterin, das bedeutet: **deine An- und Abreise erfolgt eigenständig**, deinen Flug buche bitte selbst.

Es bietet sich an, vor oder nach der Yogawoche Urlaub in Thailand anzuschließen.

Pranburi liegt verkehrstechnisch sehr günstig z.B. auf dem Weg zu den Inseln im Golf von Thailand (Fähren von Chumphon nach Ko Tao, Ko Phangan, Ko Samui) oder es gibt auch (Mini)Busse z.B. an die Westküste (Krabi, Phuket usw.). Der nächstgelegene, regionale Flughafen ist Hua Hin.

Wir geben gerne Tipps.

Bitte erkundige dich wegen **Impfungen**. Dies kann sehr individuell gehandhabt werden. Welche Impfungen nötig sind, hängt von den anderweitig besuchten Regionen, der Reiseart und –dauer ab. Generell gibt es für Thailand empfohlene aber keine Pflichtimpfungen.

Auch **Reise(rücktritts)versicherungen** sind in persönlichem Ermessen und von uns hier nur erwähnt.

Für weitere Infos: Angelika Wukovits office@zweiklang.at und 0664 / 855 83 43
Dee und Roland Wukovits office@thehillside.net

Wir freuen uns auf eine schöne – mit „Yoga, friends and family“ einfach entspannte – gemeinsame Zeit!



Wunderschön, täglich Yoga an der warmen Luft mit so einem Ausblick!



Pränburi – drei Autostunden von Bangkok, eine halbe Stunde von Hua Hin!



„The Hillside“ bietet viel Platz und viele Plätzchen zum Relaxen.



Es sind nur drei Kilometer zum Meer und die weitläufigen Strände sind oft menschenleer!