

# Viaggio Yoga in Marocco

## Dati offerta

 Tour di più  
giorni

 Dal 5 al 9 Novembre

Prenota versando un acconto di € 300,00

OPZIONE	PREZZO
Quota individuale in camera doppia - 05.11.2023	€ 1.050,00

La Quota comprende:

- 2 pernottamenti con ricca prima colazione Royal presso Riad Al Kadar, nel cuore della Medina di Marrakech
- 2 cene marocchine Veg e Non Veg con prodotti freschissimi, ricercati e deliziosi presso Riad Al Kadar
- 2 pernottamenti con ricca colazione presso l'esclusivo Riad Dar L'Oussia ad Essaouira
- 2 sessioni al giorno di Yoga con insegnante certificata Yoga Alliance (950 hr.). Un mix tra Ashtanga, Vinyasa, Hatha Yoga e Ayurveda per un programma che soddisfa le esigenze di tutti i partecipanti, dai principianti ai più esperti.
- percorso Hammam e massaggio presso gli splendidi Bains D'Orient
- escursioni di gruppo con guida locale
- trasporto con nr 2 minivan privati con autisti parlanti italiano o inglese per tutta la durata del tour
- assistenza di un tour leader, referente dell'Agenzia Viaggi BusPeregoExpress, per tutta la durata del viaggio
- Assicurazione medico/sanitaria

### NON INCLUSO

\* Voli da/per Marrakech che devi prenotare tu stesso, ti consigliamo i seguenti voli, operati da Easyjet da Milano Malpensa.

Andata : domenica 5/11 MILANO MALPENSA - marrakech

Partenza: 6:00 – Arrivo 09:25

Ritorno: giovedì 9/11 marrakech - MILANO MALPENSA

Partenza 19:55 - arrivo 23:20

Al momento della prenotazione, su richiesta, avrete la possibilità di includere i voli, con quotazione da verificare al momento dell'adesione.

Per chi parte da Lecco o dalla Valtellina, possibilità di includere il transfer per/da Milano Malpensa con quotazione da verificare in base al numero di passeggeri.

Transfer da/per Aeroporto di Malpensa. ( su richiesta e in base alla provenienza dei partecipanti, è possibile organizzare il servizio navetta andata e ritorno dalla Valtellina per l'aeroporto di Milano Malpensa)

Assicurazione annullamento viaggio

Tutto quanto non specificatamente indicato in " La quota include".

Per informazioni specifiche riguardo le attività proposte nel programma potete contattarci al 3470903032

# Programma di viaggio

*Atmosfere esotiche da mille e una notte, charme e accoglienza marocchina sono le caratteristiche inconfondibili del Marocco, una delle mete più affascinanti del mondo. Marrakech ed Essaouira sono due località tutte da scoprire, entrambe ricche di storia, magia e bellezza, tra deserto e oceano Atlantico. Attraverso le attività proposte nel programma, ti guideremo alla scoperta di una destinazione che unisce piaceri da condividere e pause di relax e benessere, per ricaricarsi tanto quanto per divertirsi e meravigliarsi.*

## PERCHE' PARTECIPARE AD UNA VACANZA YOGA

*Nei viaggi yoga che proponiamo, la nostra attenzione è focalizzata sull'intera esperienza.*

*Dalle location ai contenuti, dalle attività al cibo: ci occupiamo personalmente dell'organizzazione di ogni singolo dettaglio, per garantire una vacanza diversa dal solito che unisca i benefici dello yoga al piacere del viaggio, dell'esplorazione e della condivisione.*

*In un'atmosfera sociale e amichevole, i nostri ritiri hanno alcuni principi: divertimento e interazione, yoga di prima classe, natura, connessione, escursioni ed esperienze indimenticabili. Portiamo un approccio fresco e spensierato al tradizionale ritiro yoga, rendendo quest'esperienza e i suoi benefici più accessibili, consentendo a persone affini di riunirsi, ricaricarsi e lasciarsi ispirare.*

### GIORNO 1

Arrivo a Marrakech con Volo EASYJET 6:00 AM da Malpensa e arrivo alle 9:25 AM al Marrakech Menara Airport. \*

Trasferimento privato dall'aeroporto a Riad Al Kadar, nel cuore della medina.

Dopo aver depositato i bagagli, ci godremo tutti insieme una colazione di Benvenuto nel patio del Riad. Una volta rifocillati, partiamo alla scoperta di questa labirintica città con una guida locale. Pranzo libero e tempo a disposizione.

Rientro al Riad nel tardo pomeriggio per il check-in e l'assegnazione delle camere. Lezione di yoga, pranayama e meditazione al tramonto sulla terrazza del riad.

Cena Marocchina di Benvenuto, sapientemente preparata da Naima, tra tradizione e haute cuisine. Pernottamento.

### GIORNO 2

Al risveglio, yoga, Pranayama e Meditazione nell'incantevole terrazza del Riad.

Dopo colazione, dedichiamo la mattinata all'esplorazione della città iniziando con un buon the alla menta su una delle storiche terrazze panoramiche dei caffè affacciati su Piazza Jemaa ElFna. Ammiriamo i giardini della Koutoubia, la moschea più grande della città e quelli del Mamounia, uno degli hotel di lusso più famosi del mondo.

Torniamo poi nel cuore della città vecchia, con il suo inimitabile souk, in cui lasciarsi andare allo shopping tra spezie, tappeti e splendido artigianato tipico, non dimenticando mai di contrattare fino all'ultimo centesimo. Pranzo libero.

Il pomeriggio sarà dedicato al tradizionale rituale marocchino dell' Hammam, presso gli splendidi Bains D'Orient, situati nel cuore della città vecchia.

Nel tardo pomeriggio, rientro al Riad per la pratica di Yoga in terrazza, con vista sulla città vecchia, avvolti dalle luci e dalle atmosfere di un luogo che rimarrà per sempre nel vostro cuore. Cena marocchina in Riad e pernottamento.

### GIORNO 3

Pratica yoga del risveglio con asana, pranayama e mantra.

Dopo la colazione, in stile Riad Al Kadar, partiamo per Essaouira con mini-van privato (2 ore ca). Dedichiamo alcune ore per scoprire la sua splendida casba, Patrimonio Mondiale dell'Unesco, la lunghissima spiaggia dorata e il caratteristico mercato del pesce.

Tempo libero per crogiolarsi al sole delle spiagge dorate a pochi minuti di cammino dal centro. Nel pomeriggio check-in presso l'esclusivo Riad Dar L'Oussia, sistemazione nelle camere e lezione di yoga al tramonto nell'incantevole terrazza panoramica del riad accompagnati dal suono delle onde dell'oceano.

Serata libera per esplorare la varietà culinaria di Essaouira, ricco di tradizioni, e innovazione, in grado di soddisfare le esigenze di qualsiasi palato.

### GIORNO 4

Al risveglio, pratica yoga, colazione e relax in terrazza con vista sull'oceano.

Dopo colazione ci attende una rilassante passeggiata meditativa sulla spiaggia. Pranzo libero e tempo a disposizione per rilassarsi al sole guardando l'oceano, oppure per un po' di shopping nella medina tra gallerie d'arte e raffinato artigianato berbero. Per chi è interessato, ci sarà la possibilità di partecipare ad un corso di cucina marocchina (attività extra con prenotazione in loco). Nel tardo pomeriggio pratica di yoga, pranayama e meditazione al tramonto.

Serata e cena libera, in uno dei numerosissimi e molto validi ristoranti della medina: dalla cucina etnica, al pesce freschissimo, ai locali più internazionali. Visita serale della medina. Rientro in hotel e pernottamento.

### GIORNO 5

Yoga, Pranayama e Meditazione in terrazza.

Colazione e check-out. Tempo libero per gli ultimi acquisti tra i bazar e le boutique del souk oppure per rilassarsi al riad o in uno dei numerosi caffè sulla spiaggia.

Pranzo libero. Nel primo pomeriggio, trasferimento privato in aeroporto con alcune soste lungo il percorso, visitando una cooperativa del rinomato olio di Argan, celebre in tutto il mondo nel tragitto che da

Essaouira ci riporta a Marrakech.

Volo di rientro da Marrakech alle 19:55 Gio 9 Nov e arrivo a Milano MPX alle 23:20.