

TRÄNA, VANDRA, YOGA, NJUT OCH RELAXA...

21-28 MARS 2020



Lördag 21 mars

Flyg avgår ARN 14:35
Incheckning på Aqua Marine
ca kl. 22:00

Söndag 22 mars

07:30-09:00
Morgonpromenad i bergen
och mindfulness
11:00-12:00
Träningsklass
13:00
Lunch på Joya
19:00
Middag på Stone Castle

Måndag 23 mars

07:30-09:00
Morgonpromenad längs havet
och mindfulness
11:00-12:00
Träningsklass
13:00
Lunch Joya
19:00
Middag Stone Castle

Tisdag 24 mars

07:30-08:30
Yin-Yoga på takterassen
10:00-14:00
Bergsvandring med lunch på
toppen
19:00
Middag på Stone Castle

Onsdag 25 mars

07:30-08:30
Träningsklass
09:00-10:00
Yin-Yoga på takterassen
11:00
Avfärd till Cratos
12:00
Massage på Cratos
13:30
Lunchbuffet på Cratos
18:30
Återfärd till Aqua Marine
20:00
Middag på Aqua Marine

Torsdag 26 mars

07:30-09:00
Morgonpromenad i bergen
11:00-12:00
Träningsklass
13:00
Lunch på Joya
19:00
Middag på Stone Castle

Fredag 27 mars

07:30-08:30
Träningsklass
09:00-10:00
Yin-Yoga på takterassen
11:00
Avfärd till Kyrenia
13:00
Lunch i hamnen
16:30
Avfärd till Gillham Vineyard
Incheckning
18:00
Vinprovning/middag

Lördag 28 mars

16:00
Transfer till flyget

