



Hotell Golden Sands i Kovalam.

Livsyoga i Indien

29 november–12 december 2010

Yogakurs Vi startar måndag 29 november och avslutar lördag den 12 december. På programmet är det totalt 12 yogapass cirka två timmar om dagen. Vi samlas fyra kvällar och äter gemensam middag och avslutar med meditation, eller visualisering. Boendet är på hotell Golden Sands, del i dubbelrum med frukost 15 nätter. Transfer från Trivandrum – Kovalam tur och retur. Kostnad 7650 kronor.

Medföljare Du kan komma med utan att delta i yogakursen då följande ingår: Del i dubbelrum på hotell Golden Sands med frukost – 15 nätter. Gemensam middag – 4 kvällar. Transfer från Trivandrum – Kovalam tur och retur. Kostnad: 6100 kronor.

Flygresa Utöver kursavgiften tillkommer flygresor och visum som du betalar separat. En flygbiljett Stockholm – Trivandrum kostar cirka 8000–12000 kronor. Priserna varierar mycket mellan flygbolag, datum och flygrutt. Generellt gäller ju tidigare man bokar desto fler valmöjligheter.

Alternativ 1 Boka din flygbiljett och bestäm datum själv.

Alternativ 2 Du får hjälp att hitta en förmånlig flygbiljett efter önskemål. En extra kostnad på cirka 500 kronor tillkommer.

Kostnad för visum 650 kronor.

Anmälan För att anmäla dig betalar du en avgift på 1000 kr till plusgironr: 122106-8. Kom ihåg att skriva ditt namn och om du vill gå yogakursen eller är medföljare. Senast den 1 augusti behöver du anmäla dig. Därefter kommer du att få mer detaljerad information. Resterande kursavgift betalar du senast 1 oktober 2010

Kontakt Carina Ivarsson 0708-276209 livsyoga@gmail.com
www.carinaivarsson.se/yoga