



## WER BEGLEITET DICH?



**Frederike  
Fernández Álvarez**  
Yogalehrerin  
Spirituelle Coach



**Johanna  
Miller Gálvez**  
Yogalehrerin  
Ekatra Yogastudio

**KOSTEN:** ab 1290,- € inkl. Unterkunft,  
Vollpension, Yoga und Kinderbetreuung

**ANMELDUNG:**



Bei Fragen komm' gern auf uns zu:

**Johanna:** +49 176-63 28 43 27  
johanna@ekatra.de  
www.ekatra.de

**Frederike:** +49 176-55 41 83 63  
hola@frederike-fernandez.com  
www.frederike-fernandez.com

# ELTERN-KIND

# YOGA REISE

FAMILIE, YOGA UND ITALIEN - MEHR AMORE GEHT NICHT!





## ELTERN-KIND YOGAREISE IN ITALIEN

Wir laden Euch herzlich ein, vom 12.-18.04.2025 gemeinsam mit Euren Kindern in die Toskana mit uns zu reisen und dort ein paar traumhafte und entspannte Tage in "The Transmission School" in Volterra, Italien zu verbringen.

### DER ORT

Die "Transmission School" befindet sich südlich von Florenz. Im Podere Fiorli gibt es ein einladendes toskanisches Bauernhaus mit Olivenhain, Weinberg, Blumen- und Gemüsegarten, das aufgrund seiner Lage inmitten der Natur und seiner atemberaubenden Landschaften der ideale Ort für ein Zentrum der Erholung, Entspannung und des Wachstums ist.

### DAS PROGRAMM

An 6 Tagen erwartet Euch ein vielfältiges Angebot:

#### 12.04.2025

bis 17.00 Ankommen  
18.00 Kennenlernen  
19.00 Abendessen

#### 13.04.2025

08.00-09.00 Eltern-Kind-Yoga (Betreuung für die Kleinen)  
09.00-10.00 Frühstück  
10.00-13.00 Freizeit (Erkundet die schöne Gegend)  
13.00-14.30 Mittagessen  
15.00-17.00 Freizeit  
17.30-18.30 Eltern-Yoga und parallel Kinder-Yoga  
19.00 Abendessen

#### 14.04.2025

08.00-09.00 Eltern-Kind-Yoga (Betreuung für die Kleinen)  
09.00-10.00 Frühstück  
10.30-13.00 Freizeit (Opt.: Wanderung zum Bauernhof)  
13.00-14.30 Mittagessen  
15.00-18:00 Ausflug nach Volterra mit Museumsbesuch  
19.00 Abendessen

#### 15.04.2025

08.00-09.00 Eltern-Kind-Yoga (Betreuung für die Kleinen)  
09.00-10.00 Frühstück  
10.00-13.00 Freizeit  
13.00-14.30 Mittagessen  
15.00-17.00 Freizeit  
17.30-18.30 Eltern-Yoga und parallel Kinder-Yoga  
19.00 Abendessen

#### 16.04.2025

08.00-09.00 Eltern-Kind-Yoga (inklusive Betreuung)  
09.00-10.00 Frühstück  
10.30-18.00 Ausflug zu den Toskana-Quellen im Thermalbadeort Saturnia mit Picknick  
19.00 Abendessen

#### 17.04.2025

08.00-09.00 Eltern-Kind-Yoga (inklusive Betreuung)  
09.00-10.00 Frühstück  
10.30-18.00 Ausflug zum Strand mit Picknick  
19.00 Abendessen und Abschlussrunde

#### 18.04.2025

08.00-09.00 Eltern-Kind-Yoga (inklusive Betreuung)  
09.00-10.00 Frühstück  
ab 11.00. Abreise

