

# Yoga Retreat

mit Juli Haubold

05 - 12 Oktober 2025



**Bab Zouina**  
yoga, nature & retreat



Du suchst eine bewusste Auszeit?

Du möchtest den Alltag hinter dir lassen, dich entspannen und die Seele baumeln lassen?

Du möchtest Körper, Geist & Seele nähren?

Komm mit nach Marokko und genieße am Fuße des Atlas-Gebirges eine Woche Yoga, Sonne und Urlaubsgefühl. Dich erwarten entspannte Tage mit je zwei Yogaeinheiten, eine traditionelle marokkanische Villa mit Pool & Hammam, Rundumversorgung und verschiedene optionale Aktivitäten und Ausflüge, ganz nach deinem Geschmack.

# Juli Haubold

Hallo!

Ich bin Juli.

Seit 10 Jahren unterrichte ich voller Liebe & Leidenschaft Yoga. Meine erste traditionelle Ausbildung habe ich in Indien absolviert, meine Aufbauausbildung bei Spirit Yoga in Berlin. Ich unterrichte in Berlin und online Kurse für AnfängerInnen und Fortgeschrittene und teile mein Wissen auf Youtube.

In meinen Klassen liegt der Fokus auf der Balance aus Kraft und Ruhe, aus sicherer Erdung und spielerischer Herausforderung. Dich erwarten fundierte und strukturierte Klassen, die dich voller Freude und Leichtigkeit an neue Übungen heranzuführen, aber auch Raum für Ruhepausen bieten.

Ich helfe dir individuell dabei, die Praxis für dich passend zu machen und unterstütze mit sanften Hands-On Assists. Neben den Körperübungen fließen immer auch Atem- und Achtsamkeitsübungen, Meditation und Philosophie in den Unterricht ein.



# Bab Zouina

Das Retreat findet in einer wunderschönen traditionellen marokkanischen Villa im Ourika-Tal (30 km von Marrakesch entfernt) auf einem herrlichen Grundstück inmitten von Olivenbäumen statt.

Weit weg vom städtischen Stress hat Bab Zouina einen authentischen und ruhigen Geist bewahrt, der die Umwelt respektiert; die Gebäude sind ökologisch mit behauenen Steinen und natürlichen Lehmziegeln gebaut.

Der üppige Ziergarten, der von der schwedischen Künstlerin und Landschaftsarchitektin Catharina von Unge gestaltet wurde, bietet eine Oase der Meditation und des Friedens.

...ein authentischer und gelassener Geist, der die Umwelt respektiert.





Traditionelle marokkanische und berberische Gerichte werden jeden Tag mit frischen, lokalen Produkten zubereitet. Vegane und glutenfreie Optionen können auf Anfrage zubereitet werden.

Die Gästezimmer sind geräumig und authentisch: Teppiche, Kissen, Kunsthandwerk und ein bequemes Bett





## Optionen:

Du kannst in der freien Zeit ganz deinen Bedürfnissen folgen. Chille am Pool oder im Hammam, mache einen Spaziergang im "Anima Garden" (botanischer Garten von André Heller) oder ziehe dich zum Lesen zurück.

Solltest du mehr Bewegung wollen, kannst du den hauseigenen Tennisplatz nutzen (bitte Ausrüstung mitbringen) oder eine Wanderung machen. Solltest du mehr Entspannung wollen, kannst du dir eine professionelle Massage oder Shiatsu buchen.

Im Umland gibt es einige spannende Ausflugsziele und Aktivitäten, das Team von Bab Zouina hilft hier gerne bei der Organisation und Buchung. Du könntest zum Beispiel nach Marrakesch fahren, ins Atlasgebirge oder ins Pottery Village, wo du selbst töpfern lernen kannst.

## Tagesablauf

ab 8:00 Snacks

8:15-9:30 Yogapraxis

10:00-11:00 Brunch

11:00-14:00 Freizeit

14:00-15:00 Lunch (optional)

15:00-17:00 Freizeit

17:00-18:30 Yogapraxis

19:00 Abendessen



# Anmeldung & Preis

Triple room	€ 1'240/pers.
Double room w/ shared bathroom	€ 1'485/pers.
Double room w/ private bathroom	€ 1'590/pers.
Single room w/ shared bathroom	€ 1'695/pers.
Single room w/ private bathroom	€ 1'940/pers.

**Bei Buchung bis 1.4.2025 erhältst du einen Frühbucherrabatt von 50€.**

## Was ist inklusive?

- Flughafentransfer
- 7 Übernachtungen in der gewählten Zimmerkategorie
- Vollpension (3 Mahlzeiten am Tag)
- Jederzeit Snacks, Kaffee & Tee
- Nutzung von Pool, Garten, Tennisplatz
- 2 tägliche Yogaeinheiten

## Was ist nicht inklusive?

- Anreise nach Marrakesch (bitte selbst organisieren)
- Optionale Aktivitäten wie Massagen oder Ausflüge

## Kann ich den Urlaub verlängern?

In Absprache mit Bab Zouina kannst du gerne früher anreisen oder länger bleiben. Gib dafür bei der Buchung an, wann du An- und Abreisen möchtest.

## Eignet sich das Retreat auch für AnfängerInnen?

Die Yogaklassen sind so gestaltet, dass AnfängerInnen folgen können, erfahrene Yoginis aber auch herausgefordert werden.

Zur Bestätigung der Anmeldung ist eine Anzahlung von 500 EUR erforderlich. Der Restbetrag ist einen Monat vor der Retreat fällig.

Diese Anzahlung wird nur im Falle einer Stornierung des Kurses zurückerstattet. Die Stornierungsbedingungen sind verfügbar unter: <https://bab-zouina.com/cancellation-registration/>

## Wie kann ich mich anmelden?

Schreibe eine Email an [marhaba@babzouina.com](mailto:marhaba@babzouina.com) und gib an, dass du am Retreat mit **Juli Haubold** teilnehmen möchtest und welches Zimmer es sein soll.



See you soon!



**BabZouina**  
yoga, nature & retreat