

Yoga Retreat Marokko

17. – 24. April 2027

mit
Mariekje & Nando

150 €

Zuschuss möglich!
(Krankenkassen
zertifiziert)

Übersicht

Wann

17. – 24. April 2027

Wo

- Bab Zouina Resort, Ourika (30 km südl. von Marrakesch)

Anreise

- Selbstanreise (Flughafen Marrakesch)

Kosten (pro Person)*

bis 31.07.2026: 50 Euro Frühbucher-Rabatt

- 3-Bett-Zimmer 1.365 €
- Doppel oder Twin 1.610 €
 - mit eigenem Bad 1.715 €
- Einzelzimmer 1.820 €
 - mit eigenem Bad 2.065 €
- Inklusive: Transfers vom und zum Airport Marrakesch, Vollpension, Yoga
- Exklusiv: An- und Abreise, optionale Zusatzleistungen

* Das Retreat ist zertifiziert für Zuschuss durch Krankenkassen – Details und weitere Zahlungsmodalitäten auf Seite 10.

Programm

Änderungen vorbehalten

Samstag, 17.04.2027

- individuelle Anreise
- ab 16:00 Check-In
- 17:00–19:00 Yoga
- 19:30 Dinner

Sonntag–Freitag

- 7:45 Tee & Früchte
- 8:00–10:00 Yoga
- 10:15 Brunch
- 17:30–19:00 Yoga
- 19:30 Dinner

Samstag, 24.04.2027

- 8:00 Tee & Früchte
- 8:00–10:00 Yoga
- 10:15 Brunch
- 11:00 Check-Out
- individuelle Abreise

Buchen per E-Mail: marhaba@babzouina.com

Stichwort „Nando und Mariekje“

Resort „Bab Zouina“

30 Kilometer südlich von Marrakesch am Fuße des Atlas-Gebirges liegt dieses zwei Hektar große und liebevoll gestaltete Gelände mit üppig verzierten Gärten – und inmitten eine traditionelle marokkanische Villa: das auf Yoga-Retreats spezialisierte Eco-Resort “Bab Zouina” (marokkanisch für “Tor der Schönheit”).

Die hiesige Ruhe öffnet die Sinne für die klare Luft, die zauberhafte Natur, die kulinarischen Genüsse und für Yoga.

Zahlreiche Sitzgelegenheiten, versteckte Terrassen, eine Feuerstelle, ein Bedouinenzelt und ein Swimming-Pool laden zum Entspannen ein.

Die Magie dieses kleinen Paradieses und die Herzlichkeit der Menschen dort erschaffen einen Wohlfühlort, wo das Leben und Yoga tiefer erfahren werden können.



Zimmer

Erholsamen Schlaf und schöne Träume findest du in einem der 12 gemütlichen Zimmer.

Du kannst aus fünf unterschiedliche Zimmerkategorien die für dich passende Variante auswählen:

| | |
|-------------------|---------|
| 3-Bett-Zimmer | 1.365 € |
| Doppel oder Twin | 1.610 € |
| - mit eigenem Bad | 1.715 € |
| Einzelzimmer | 1.820 € |
| - mit eigenem Bad | 2.065 € |

Details zu Zahlungsmodalitäten finden sich auf Seite 10. Die angegebenen Preise gelten für den Zeitraum 17. – 24. April 2027, pro Person und beinhalten sieben Übernachtungen mit Vollpension (drei Mahlzeiten am Tag, Snacks und Getränke), die Flughafen-Transfers (Marrakesch-Bab Zouina und zurück) sowie 14 Yogasessions.



Verpflegung

Köstliche marokkanische Speisen warten auf dich: lokale Produkte teilweise aus dem eigenen Garten, frisch zubereitet und in Bio-Qualität.

Drei Mahlzeiten pro Tag werden so zubereitet, dass sie verschiedenen Bedürfnissen entsprechen: glutenfrei, vegetarisch oder vegan.

Frisches Obst und Nüsse sowie Mineralwasser (mit oder ohne Kräuter), Tee und Kaffee stehen zu jeder Zeit zur Verfügung – so auch vor der morgendlichen Yogasession, falls du vorab einen kleinen Energieschub benötigst.



Yoga

Wir haben die Möglichkeit zusammen Yoga in einem „Shala“ (Übungsraum) oder auf der Dachterrasse mit Blick auf die Berge zu üben.

Alle Hilfsmittel wie Matten, Blöcke, Gurte und Decken gibt es vor Ort. Natürlich kannst du auch deine eigenen Sachen mitbringen.

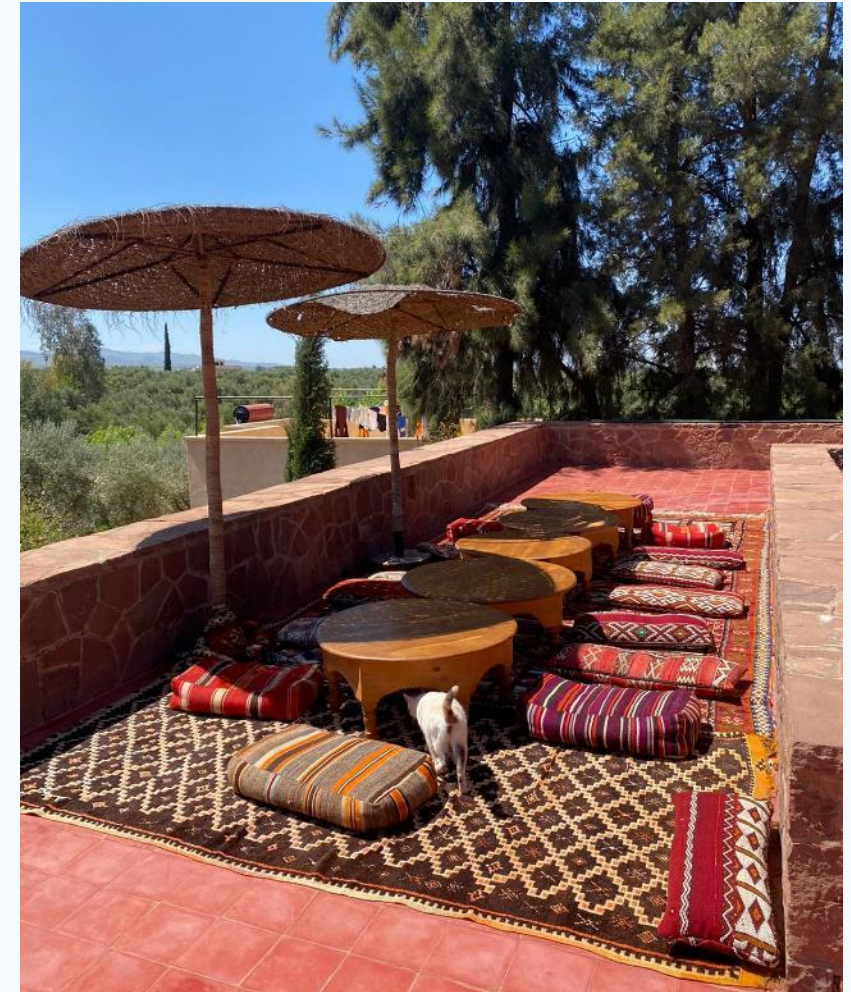
Wir planen 14 gemeinsame Yogasessions, jeweils eine morgens und abends. Auf Basis von Vinyasa-Yoga (Bewegung und Atmung im Einklang) werden wir verschiedene Schwerpunkte setzen und so einzelnen Bedürfnissen Raum geben.

Meditationen, Elemente aus restorativem Yoga bzw. Yin-Yoga sowie Chanten – das gemeinsamen Singen von Mantras – integrieren wir in die Yoga-Sessions. Auf diese Weise wird die körperliche Yoga-Erfahrung ergänzt und ein harmonisches Gesamterlebnis geschaffen.



Tagesablauf - Beispiel

- ab 8:00 Early Bird Snacks:
Tee und Früchte warten auf dich
- 8:00-10:00 Yoga:
morgendliche Praxis mit Meditation & Chanten
- 10:15-11:30 Brunch:
hausgemachtes Brot, frisches Obst uvm.
- 11:30-14:00 Freizeit:
ein Spaziergang im Garten, ein kleiner Ausflug,
ein gutes Buch am Pool - folge deinen Impulsen
- 14:00-15:00 Lunch:
Stärkung mit lokalen Köstlichkeiten
- 15:00-17:30 Freizeit:
Siesta, erhalte eine Massage, spiele Tennis
oder chille am Pool
- 17:30-19:00 Yoga:
abendliche Praxis - mal intensiv, mal im Workshop-Stil
- 19:30 Dinner:
nahrhaftes Dinner aus marokkanischen Speisen



Nando & Mariekje



Wir unterrichten alle Yogasessions zu zweit – du bekommst so doppelte Aufmerksamkeit und Unterstützung.

Während Mariekje die Klasse anleitet, verbale Korrekturen und Hands-On (Hilfestellungen durch Berührung) gibt, unterstützt Nando die Yogis und Yoginis durch gezielte Hands-On in ihrer individuellen Ausrichtung. Umgekehrt genauso: wenn Nando unterrichtet, unterstützt Mariekje die Klasse. Auf diese Weise kannst du in einer auf dich persönlich abgestimmten Yogapraxis leichter Fortschritte machen.

Nando Eiden

- 550+ Yoga Alliance
- Yoga Teacher Dozent
- Heilpraktiker & TCM
- Krankenkassen zertifiziert
- Vollzeit Yogalehrer

Mariekje Benecken

- 500+ Yoga Alliance
- 375+ Jivamukti Yoga
- Angehende Psychologin
- Vollzeit Yogalehrerin

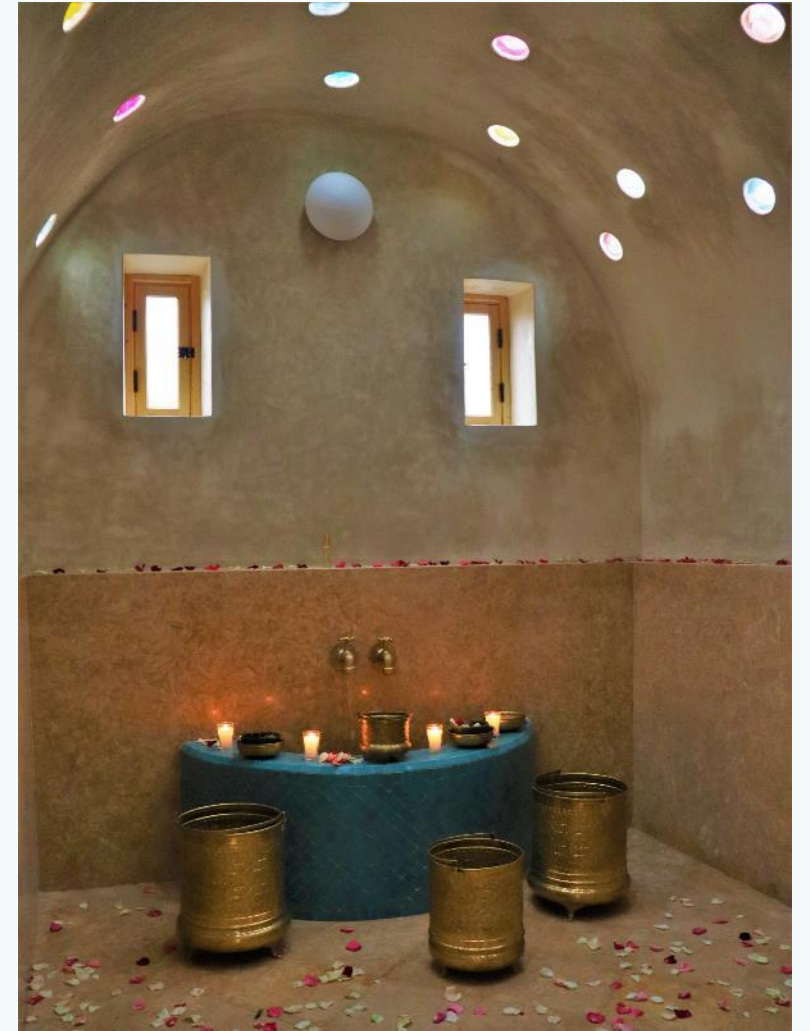
Optionen

Das Retreat lässt viel Raum, den eigenen Bedürfnissen zu folgen.

Falls du über das geplante Programm hinaus Erfahrungen machen möchtest, unterstützt dich das Team vom Bab Zouina gerne bei der Erfüllung deiner Wünsche, zum Beispiel:

- Verlängerung deines Aufenthaltes
- Hauseigener Tennisplatz
(bitte eigene Ausrüstung mitbringen)
- Hauseigenes Hammam, Shiatsu- und Ölmassage
- Wanderungen
- Ausflüge
 - z.B. Atlas-Gebirge (45 € pro Person, min. 8 Personen)
 - z.B. Marrakesch (40 € pro Person, min. 8 Personen)
- Private Yogasession mit Mariekje oder Nando

Diese und andere Leistungen können optional hinzugebucht werden.



Organisatorisches

- Das Retreat ist auf maximal 19 Plätze begrenzt.
- Bis zum 31. Juli 2026 gibt es einen Preisnachlass von 50 Euro (Early Bird Discount).
- Das Retreat ist als "Präventionskurs" zertifiziert. Am Ende des Retreat erhältst du eine Teilnahmebescheinigung, die du bei deiner Krankenkasse einreichen und so ca. 150 Euro Subvention erhalten kannst.
- Zur Bestätigung der Buchung bittet Bab Zouina um eine Anzahlung in Höhe von 400 Euro. Die Zahlung ist seitens Bab Zouina nicht rückvergütbar, kann aber in einen Gutschein zur Nutzung innerhalb von 12 Monaten gewandelt werden.
- Den Restbetrag bittet Bab Zouina bis zum 1. März 2027 zu begleichen.
- Falls du nicht teilnehmen kannst, bitte frühzeitig (spätestens bis 1. Februar 2027) Bescheid geben, sodass wir deinen Platz an andere Interessierte weitergeben können.
- Bitte überprüfe frühzeitig deine Reise- und Gesundheitsdokumente.
- An- und Abreise liegen in deiner Verantwortung.
- Wir empfehlen eine Reise-Rücktrittsversicherung.
- Im Falle einer unvorhersehbar hohen Inflation würde Bab Zouina die Preise anpassen.
- Falls du besondere Bedürfnisse (Allergien etc.) hast, sag uns Bescheid! Wir versuchen einen Rahmen zu schaffen, in welchem sich jeder frei entfalten kann, können aber nicht garantieren, dass wir allen Ansprüchen zu 100% gerecht werden.
- Die Teilnahme am Retreat erfolgt auf eigene Verantwortung.
- Rückfragen und Buchung per E-Mail an: marhaba@babzouina.com (Stichwort „Nando und Mariekje“).

Fragen und Antworten

Wie kann ich buchen?

- Per E-Mail an marhaba@babzouina.com (Stichwort "Nando und Mariekje")
- Anzahlung in Höhe von 400 Euro pro Person

Kann ich auch als Anfänger teilnehmen?

- Ja - weil wir jede Klasse mit zwei Lehrern unterrichten, kann auf die individuellen Yogaerfahrungen eingegangen werden

Wie erfolgt die Anreise?

- Die An- und Abreise organisierst du selbst
- Wir bieten einen Flughafen Transfer an (Flughafen Marrakesch-Bab Zouina-Flughafen Marrakesch): dieser Transfer ist inklusive. Bitte sende für die Organisation einfach deine Flugdaten an marhaba@babzouina.com.

Kann ich den Aufenthalt verlängern?

- Ja, abhängig von den Zimmer-Verfügbarkeiten kannst du hier deine eigenen An- und Abreisedaten wählen

Was ist Inklusiv?

- 8 Tage und 7 Übernachtungen
- 3 Mahlzeiten am Tag
- Snacks und Tee/Kaffee zu jederzeit
- 14 Yogasessions mit Meditationen und Atemübungen
- Nutzung von Pool, Garten und Terrassen
- Transfer vom und zum Flughafen Marrakesch

Was ist exklusiv?

- Transport (außer Flughafentransfer)
- Reise- und Krankenversicherung
- Optionale Aktivitäten wie Massagen, Ausflüge etc.

Wie erfolgt die Zahlung?

- Überweisung an Bab Zouina (ZEIN Consulting sàrl, Swiss)
- 400 Euro pro Person werden als Buchungsbestätigung fällig und mit dem Gesamtpreis verrechnet
- Den Restbetrag bitte bis zum 01.03.2027 begleichen

Welche Storno-Regeln gelten?

- 400 Euro Buchungsgebühr sind nicht erstattungsfähig, werden aber für einen Gutschein angerechnet (s.u.).
- Einbehalt bei Stornierung: ≤ 30 Tage: 70%; ≤ 7 Tage: 100%.
- Die einbehaltene Summe kann in einen Gutschein gewandelt werden, der 12 Monate gültig ist.



Wir freuen uns sehr auf euch! *Mariekje & Nando*