



BLI MED PÅ TUR TIL PORTUGALS RIVIERA MED FOKUS PÅ YOGA OG PILATES!

27 APRIL – 1 MAI 2012

Vi ønsker å gjenta suksessen fra i høst og inviterer deg med på en langhelg til den sjarmerende og historiske byen **Cascais**, like utenfor Lisboa. Cascais er opprinnelig en liten fiskelandsby, men fremstår i dag som Portugals svar på Den franske Rivieraen. Her finnes både sjarme, kultur og historie. Trine Tschudi er fortsatt med oss som instruktør og motivator, og det legges opp til minst 2 treningsøkter pr. dag. 1 time yoga før frokost, samt 1 time pilates på ettermiddagen. Vi bor på et av Cascais 4-stjerners hotell; Hotel Vila Galé Cascais, som har en flott beliggenhet ved Atlanterhavs-kysten. Med nærheten til bl.a både Lisboa og Sintra, kan man fint kombinere en smak av storby, den fantastiske naturen og historien området rundt Cascais har å by på. Sintra står for øvrig oppført på UNESCOs verdensarvliste.

Pris pr. person; NOK 8 500,-

Prisen inkluderer følgende:

- direkte flight Oslo – Lisboa t/r med TAP
- transfer fra flyplass til hotell t/r
- overnatting med frokost i dbl rom med sjøutsikt mot Atlanterhavet
- velkomstdrink ankomstdag
- 1 middag ankomstdag
- 1 middag mandag kveld
- 2 treningsøkter lørdag, søndag og mandag

Tillegg for enerom: NOK 175,- pr person pr døgn.

Påmelding innen 10 januar 2012.

Påmelding er bindende og 25% av reisens pris innbetales ved påmelding. For å kunne gjennomføre turen til oppgitt pris må vi ha med min. 15 personer. Maks antall er dog 20. Ved færre påmeldinger enn 15 personer, vil prisen bli noe høyere pr person, eller kansellert i sin helhet.

For påmelding kontakt Jette Sollid Høegh: post@dengodeopplevelse.no

For mer informasjon om turen kontakt Jette på 918 07 576 eller Trine på 908 74 700

Les mer om Den Gode Opplevelse på: www.dengodeopplevelse.no

**VI GLEDER OSS TIL NOEN DEILIGE DAGER MED FOKUS PÅ YOGA, PILATES,
KULTUR OG HISTORIE!**