

Följ med till härliga
Playa del Cura på Gran Canaria
och få sol och värme.....
Vi bor på fina, lite lyxiga
SunPrime Riviera Beach & Spa
– bara för vuxna!



Avkoppling, aktiviteter, inspiration
och samvaro

Playa del Cura på Gran Canaria 1-8 februari 2012



I priset ingår
200kr i bidrag till
1.6miljoner
klubben stiftelse
för kvinnors hälsa

I resan ingår:

Flyg Arlanda -Palma, Även från Malmö. Gtbg på förfrrg

Transfer t.o.r hotell

Logi i delat dubbelrum på Sunprime Riviera Beach & Spa

– enkelrum mot tillägg

•**Frukost varje dag.**

•**Middag 5 dagar. 3-rätter + vin och dessertvin till maten**

•**Välkomstdrink.**

•**Varje morgon Qigong på stranden.**

•**Pilates, avslappningsövningar och meditation**

•**Promenader/vandringar**

•**Diskussioner/livsprioriteringar/övningar**

•**Dagsvandring - En känsla av frihet; Camino del la Plata**

Priset är 15990kr i delat dubbelrum.

Sista anmälningsdag 1/10. **Begränsat antal platser.** Först till kvarn..

Karin Roosvall, Endorfinen och 1.6. Programarrangör.

Qigong/Pilatesinstruktör. Stresshantering och coaching.

Tel: 073- 993 57 27 / mail: info@endorfinen.se läs gärna mera på

www.endorfinen.se



Välkommen till **Playa del Cura**, en lugn och fridfull semesterort mellan populära

Puerto Rico och pittoreska Puerto de Mogán. Här finns en liten badstrand där du verkligen kan koppla av och njuta av semestern. På promenadavstånd ligger också Amadores, där en av öns finaste stränder finns. Där finns också ett fint Thallassobad. Vandringsleder och promenadmöjligheter finns direkt inpå. Ortens lilla centrum består av ett lite shoppingcenter med ett litet urval av restauranger, barer och andra nöjen. Det finns **golfbanor** i närheten.

Det är tredje gången vi åker till Gran Canaria.

Denna härliga solsäkra ö. Denna gång bor vi med solnedgången i havet. På fina lite lyxiga SunPrime Beach & Spa Hotel – för livsnjutare- som ligger precis på stranden med en strålande utsikt över Medelhavet. Varje morgon har vi Qigong på stranden och nästan varje dag Pilates inne i Wellnessalen– delta i det du vill. Vi promenerar /vandrar varje dag. Mediterar uppe på bergen eller på stranden. Eller har det bra vid hotellpoolen. Spa och ansiktsbehandlingar.

En dag går vi **Camino de la Plata**, silvervägen, som är en vandringsled som guancherna trampade upp för 2.000 år sedan. Här får vi veta allt om Gran Canarias växt- och djurliv och om hur guancherna levde. Vi åker buss först, sedan går vi upp till öns högsta punkt, 1.949 meter över havet. Här uppe råder en bedövande tystnad. Vi njuter av den storslagna utsikten, vida över grannöarna och kanske ända till Afrika om vi har tur. Vi gör en utflykt till Puerto Mogán (lilla Venedig) eller Puerto Rico och äter en lunch.

Anmälan och bokning till Birgitta Farzaneh

(medl 1.6) på **BL Travel 08- 731 50 10** - info@bltravel.se. Avbestskydd 210kr.

Anmälningsavgiften 2000kr betalas inom 10 dagar efter bekräftelse.

**Välkommen till solen
och värmen ☺
hälsar Karin Roosvall**
(engagerad i 1.6-are som
naturligtvis följer med på resan
från Arlanda)

Anmälan till Endorfinens resa till Gran Canaria 1-8 FEB 2012

Efternamn		Förnamn	
OBS!	Det är viktigt att namnet stämmer exakt med uppgifterna i passet.		
Gatuadress		E-post	
Postnummer Postadress		Tel Dag	
AVRESA DATUM	1 FEB 2012	Mobil	
Rumstyp Dubbel/Enkel Dbl för eg bruk		Vid Dubbelrum Delar med	
Avbeställnings- skydd		Önskar förslag på försäkring	
Övriga önskemål			
Underskrift		Ort och datum	

(RESEARRANGÖR VINGI)

Posta anmälan snarast till

BL TRAVEL, BOX 2, 155 21 NYKVARN