

"Lata i La Mata" – Lev och njut



Kom med oss till La Mata (4-8 maj -17)

Investera i dig själv, unna dig tid att bara vara, långt bort från stress och krav på prestation – det är du värd.

Sköna promenader längs den underbara **La Mata stranden**, sol, bad och besök på de lokala marknaderna kan göra underverk.

För de som önskar startar vi varje morgon med lite **"morning moves"** en lätt skön morgongympa till salsatacter, och kanske ett dopp i poolen, innan vi njuter av en god frukost.

Dessutom erbjuder vi en **"Massagekurs för husbehov"** något att ta med sig hem och överraska nära och kära med.

Och vad är en resa utan lite **Spa**?

Så en av kvällarna dukar vi fram en kroppsvårdande "spabricka".

Vi har reserverat 12 platser på ett lyxigt boende med både **privat pool, jacuzzi och 300 m till stranden**.

Vad ingår i vår resa?

"Välkomstmingel" lättare lunch

4 Övernattningar i delat dubbelrum

2 Gemensamma middagar inkl dryck

1 Tapaskväll på Donde Rodrigues inkl. dryck

"Massagekurs för husbehov" inkl. dokumentation

4 Frukostar

1 Paellamiddag hos Julio inkl dryck

Spakväll

"Morningmoves"

Det kommer även finnas möjlighet att boka klassisk massage med koppning, på plats.

Premiärerbjudande för endast **4495:-/person**

Flyg bokar/betalar ni själva. Transfer kan ordnas.

Skynda dig och boka, endast 12 platser!

Vilka är då vi som kommer göra allt för att ni ska få en underbar resa?



Mia Olsson, äger och driver **La Mata Fitness**

Mia lever efter mottot, **Våga Leva!**

Mer om Mia och boendet på trippem.webnode.se



Eva Westenfelder, driver **Valet**

Kostvetare (fil kand), Stresskonsult, NLP coach,

Spa-terapeut, Matinspiratör, Massös

Eva lever efter mottot, **Lev och Njut!**

Frågor, funderingar och bokningar gör ni till:

Mia Olsson, mail mia@mapab.nu mobil 070-7661122

Eva Westenfelder, mail info@valett.se mobil 0739-851302