

	Freitag, 21.03.25	Samstag, 22.03.25	Sonntag, 23.03.25	Montag, 24.03.25	Dienstag, 25.03.25	Mittwoch, 26.03.25	Donnerstag, 27.03.25	Freitag, 28.03.25	Samstag, 29.03.25
Sunrise	Anreise Marokko Flug 07:50 - 10:30	07:00 - 08:00 Urban Workout Outdoor	07:30 - 08:30 Yoga Flow Outdoor	07.00 - 07:45 Footing	07:00 - 07:45 Sunrise Workout Core & Coordination GYM	07:30 - 08:30 Workout XY GYM	07.00 - 07:45 Yoga Wake up Flow Outdoor	07:00 - 07:45 Propriozeptives Krafttraining GYM	Check-out
Vormittag		Frühstück	Frühstück	Frühstück (7:00 - 10:30)	Frühstück (7:00 - 10:30)	Input: Sensomotorik (20min)	Frühstück (7:00 - 10:30)	Frühstück (7:00 - 10:30)	06:00 Transfer Flughafen Agadir (ca. 1h 15min) Frühstückssnack to go Rückflug 9:10 - 13:40
	Nachmittag	ca. 9:30 / 10:00 geführte (DE) Stadtbesichtigung (inkl. Majorelle Garten, YSL- Museum) Lunch inkl. Nachmittag: Ausflug in die Wüste von Agafy, 2 Stunden ATV Quad Ride. Inkl. Tee Pause. Rückfahrt nach Marrakech	nach Check-out ca. 10:30 / 11:00 Transfer nach Tagazhout ca. 3h 45min	10:00 (tbd. wg. Konditionen) Surf Lektion	10:00 (tbd. wg. Konditionen) Surf Lektion	Frühstück (7:00 - 10:30)	10:00 (tbd. wg. Konditionen) Surf Lektion	10:00 (tbd. wg. Konditionen) Surf Lektion	
individuelles Mittagessen & Freizeit				individuelles Mittagessen & Freizeit	Ausflug Paradise Valley* mit Argan Oil Besichtigung (lokal) und Honig Testing (lokal) oder Freizeit	individuelles Mittagessen & Freizeit	individuelles Mittagessen & Freizeit		
			16:30 - 17:15 Mobility Shala					16:15 - 17:15 Yoga Recovery Flow Shala	
Abend	Apero auf Rooftop mit Sicht auf Djema el Fna, typisches Abendessen		17:00 - 18:00 Workout XY GYM	Input: Regeneration oder Mobility (45min)	Freizeit	Freizeit	Input: Faszien (20 min)	Freizeit	
		individuelles Abendessen*		Gemeinsames Abendessen (19:00 - 22:30)	Gemeinsames Abendessen (19:00 - 22:30)	Gemeinsames Abendessen (19:00 - 22:30)	Gemeinsames Abendessen (19:00 - 22:30)	Gemeinsames Abendessen (19:00 - 22:30)	Gemeinsames Abendessen (19:00 - 22:30)

* = gegen Aufpreis

Surflektionen
Wissen
Yoga / Recovery
Freizeitaktivitäten
Workout



