

Tango Yoga Reise

Tarragona

18.-25. Okt. 2025

mit Naomi



Ich bin seit 2007 als leidenschaftliche und erfolgreiche Tangolehrerin in Berlin tätig und begleite meine Schüler:innen mit Hingabe und Feingefühl auf ihrem ganz persönlichen Weg im Tanz. Als ausgebildete professionelle Tänzerin durfte ich auf renommierten Bühnen tanzen – darunter an der Deutschen Oper Berlin, der Staatsoper Berlin sowie weiteren Staatstheatern.

Meine tänzerische Laufbahn ist tief verwurzelt in Präzision, Ausdruck und Körperbewusstsein – Werte, die ich auch in meinen Unterricht einfließen lasse. Ergänzend bin ich seit 2004 zertifizierte Pilates- und Yogalehrerin und unterrichte mit einem ganzheitlichen Ansatz, der Körper, Geist und Bewegung in Einklang bringt. Meine Unterrichtserfahrung reicht über die Grenzen Berlins hinaus – ich habe sowohl in Deutschland als auch in London u.a. zahlreiche Kurse gegeben und Workshops geleitet. Es ist mir eine Herzensangelegenheit, Menschen durch Tanz und Bewegung zu verbinden, zu stärken und zu inspirieren.

Geschichte, Kultur, Genuss, Natur und mediterranes Lebensgefühl

Tarragona & die malerische Costa Daurada – Ein mediterraner Schatz voller Geschichte und Lebensfreude. Die Region verzaubert mit einer einzigartigen Mischung aus kulturellem Reichtum, antiker Geschichte und traumhafter Natur. Kulinarische Highlights & Weinregionen. Feinschmecker kommen in Tarragona voll auf ihre Kosten: Frischer Fisch, Tapas, Olivenöl und regionale Spezialitäten wie "romesco" Sauce erwarten Sie in den gemütlichen Restaurants und Bodegas der Region. Zudem liegt die Costa Daurada inmitten mehrerer exzellenter Weinanbaugebiete, darunter das bekannte Priorat – perfekt für Weinliebhaber. Neben dem Meer locken auch das hintere Küstengebirge und Naturparks wie der Parc Natural del Montsant mit Wanderwegen, Aussichtspunkten und Kletterrouten.



Die Goldene Küste & das Herz Kataloniens

Die Costa Daurada – die „Goldene Küste“ – verzaubert, und macht ihrem Namen alle Ehre mit endlosen goldschimmernde Sandstränden, ruhige Buchten und glasklares türkisfarbenem Wasser mit einem milden mediterranen Klima. Hier trifft das sanfte Rauschen des Meeres auf das reiche kulturelle Erbe Kataloniens.

Im Zentrum dieser Region liegt Tarragona, einst eine bedeutende Stadt des Römischen Reichs – das heutige UNESCO-Weltkulturerbe zeugt davon. Eine charmante Stadt voller Geschichte: antike römische Ruinen, verwinkelte Altstadtgassen und eine Promenade mit Blick auf das glitzernde Meer. Hier spürt man das Echo vergangener Zeiten und den Puls des heutigen Lebens zugleich.

Nur wenige Kilometer landeinwärts beginnt eine andere Welt: sanfte Hügel, Weinberge, Olivenhaine und kleine Dörfer, in denen die Zeit langsamer vergeht. In Orten wie Montblanc, Poblet oder Siurana erlebt man das authentische Katalonien – mit traditioneller Küche, herzlichen Menschen und atemberaubender Natur.



Hast du Lust, eine Woche in einer Villa am Meer in familiärer Atmosphäre mit uns zu verbringen?

Wir wohnen in eine Villa 300m vom Sandstrand „Els Muntanyan“ entfernt, 20 km vom Zentrum Tarragona, und 75 Km vom Zentrum Barcelona. Wir beginnen den Tag mit Yoga, danach genießen wir zusammen unser Frühstück gefolgt von unsere Tango-Runde.

Am Nachmittag gibt es genügend Freizeit, um zu tun, wonach dir ist. Sei es Wandern in der beeindruckenden Landschaft, Bummeln, in einem Café sitzen, die Gegend erkunden oder einfach bei strahlendem Sonnenschein sich im "el dulce placer de no hacer nada" üben, das schöne Leben genießen und die Seele baumeln lassen.

Danach gibt es Abendessen.

Am Samstag der 18. Oktober ist die Anreise ab 18 Uhr. Abendessen ist um 19 Uhr.
Am Samstag der 25. Oktober ist um 7 Uhr Frühstück. Die Abreise ist bis 9 Uhr.

Unterkunft 530,-€ pro Person

Unterricht 230,-€ pro Person
(5 x 90 Min. Tanztechnik + 5 x 60 Min. Yoga)
(Milonga Eintritt ist extra zu bezahlen)



junta mala
die vielfalt des tangos

Infos & Anmeldung:
naomidtango@gmail.com
0179 7727249