

EUROPAS MEDITERRANES PARADIES

mit Klaus Wendel, Astrid Siegert

BUCHBAR

YOGA + NATUR IN LIGURIEN



Destination

Italien



Dauer

8 Tage



Datum

28. Sept. - 05. Okt. 2024



min/max Teilnehmer

6 - 18 Personen



Preis p.P.

ab 728.-



YOGA

NATUR

KULTUR

KULINARIK

SPORT

Stand: 20.03.2024

Kontakt

rex – reisen mit experten ag
Rudolfstrasse 37
CH-8400 Winterthur

Infos zur Reise

<https://rex.tours/de/tours/yoga-natur-in-ligurien-09-2024>

Telefon: +41 52 320 05 09

E-Mail: info@rex.tours

Website: <https://rex.tours>



Reise

Willkommen im Nordwesten Italiens. Ligurien ist eine der einladendsten und abwechslungsreichsten Regionen Europas. Feinsandige Strände, felsige Klippen und mondäne Städte, einsame Wanderwege und schöne Badestrände, bestes Olivenöl und gute Weine. Die Ligurier gehören zu den Europäern, die mit am ältesten werden. Vielleicht auch ein Grund hier den Urlaub zu verbringen. Die Gegend zeichnet sich durch ihr mildes Klima aus – im Winter kann es bis zu 20 Grad warm sein.

Wunderschöne Städtchen kann man genügend besuchen. Typisch italienisch ist der kleine Ort Laigueglia, fast noch ein Geheimtipp und nicht weit von der Unterkunft entfernt. Von da aus kann man am Meer entlang nach Alassio laufen. Dort gibt es einen langen Strand mit feinem Sand sowie lange Alleen mit wunderschönen Geschäften und kleinen Cafés.

Reiseplan



1. Tag | Samstag | 28. September 2024

ab 14 Uhr Anreise

Von Deutschland, Österreich und der Schweiz ist die Riviera mit Auto oder Zug optimal zu erreichen. Der Zielbahnhof ist Alassio (nach Absprache auch Imperia). Wir holen Euch gegen eine Gebühr (Hin und Rück) von 35,00 € gerne vom Bahnhof ab.

Um 18.00 Uhr beginnt unser Retreat mit einer kleinen Vorstellungsrunde und einem Rundgang.

Gemeinsames Essen um 19 Uhr. Bitte nicht später als 16 Uhr Ankunft Bahnhof (wenn möglich).

2. - 7. Tag | Sonntag - Freitag | 29. September - 04. Oktober 2024

7.30 Uhr Meditation/Yogastunde/Yoga Nidra Entspannung 10.00 Uhr gemeinsames Frühstück Programm nach Wetterlage / zwei Nachmittage stehen zur freien Verfügung 19.00 Uhr Abendessen

8. Tag | Samstag | 05. Oktober 2024

10.00 Uhr gemeinsames Frühstück / Verabschiedung

Destination



Zusatzoptionen

REISEVERSICHERUNG

Annulationskosten- und Assistance-Versicherung als Zusatzangebot über den Reiseveranstalter

CO2 - AUSGLEICH

Kompensieren Sie Ihre CO2-Emissionen in Klimaschutzprojekten via myClimate

VERLÄNGERUNG

Wir helfen Ihnen gerne bei der individuellen Reiseorganisation

Partner

Preise

pro Person in CHF
Stand: 20.03.2024

Dreibettapartment
728.-

Doppelzimmer
762.-

Einzelzimmer
941.-



Zubucherzimmer
728.-

Reiseversicherung
Auf Anfrage

CO2 - Ausgleich
Auf Anfrage

Verlängerung
Auf Anfrage

Inbegriffene Leistungen

- 6 Yogasequenzen am Morgen
- Meditation am Morgen
- Yoga Nidra (Tiefenentspannung)
- Atemübungen
- Höhenwanderung am Passo del Ginestro
- Kleine Rundwanderung in CERVO mit Besichtigung der mittelalterlichen Stadt
- das wunderschöne Küstenstädtchen Laigueglia entdecken
- bummeln durch den mondänen Ort Alassio
- Spaziergang nach Testico durch die Olivenfelder
- Frühstück und Abendessen (vegetarisch ligurische Küche)
- Spaß und gute Laune!
- Liebevoller Betreuung!

Nicht inbegriffene Leistungen

- Abholung vom Bahnhof
- evtl. Bus/Zugtransfer zu den Ausflugszielen
- evtl. Eintrittsgelder (je nach Wetterlage)

Zusatzinformationen

Folgendes sollte mitgebracht werden:

- eigene Yogamatte/Yogakleidung
 - Equipment vorhanden
 - Wanderschuhe oder feste Turnschuhe
 - Sonnenhut und Sonnenschutz
 - Badesachen
 - Rucksack und Trinkflasche
 - Insektenspray
-