

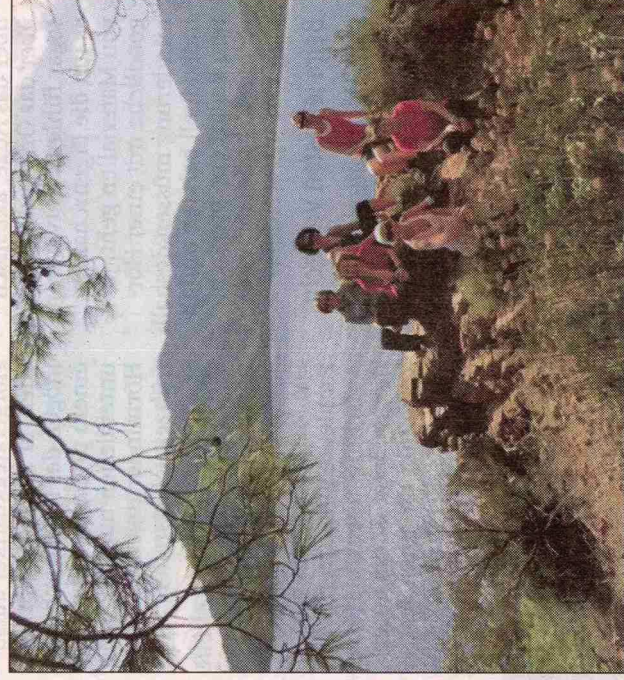
Reisen für Singles, fernab vom Massentourismus

# Sonnengruß mit Gleichgesinnten

Stress vermeiden wollen 57 Prozent der Bundesbürger, so das Ergebnis einer Forsa-Umfrage zu den guten Vorsätzen für dieses Jahr. Eine Pause vom Alltagstrott in Form eines Urlaubes ohne Medien- und Reizüberflutung hilft, Stress abzubauen und die innere Balance wiederzufinden.

## Gemeinsam reisen und erleben

Doch gerade Singles oder Alleinreisende möchten nicht einsam sein. Die Option, Gleichgesinnte kennenzulernen, um beispielsweise gemeinsam zu wandern, zu meditieren oder mit Yoga und Qi Gong Körper und Seele ins Gleichgewicht zu bringen, ist für die Harmonie entscheidend.



Allein verreisen und dabei rasch Gleichgesinnte kennenlernen: beim Wandern sowie bei Meditations- und Kreativprogrammen fällt das leicht. Foto: djid/inside Travel

Wer frische Energie tanken und das eigene Potenzial besser kennenlernen möchte, findet bei verschiedenen Veranstaltern eine große Auswahl an Zielen fernab des Massentourismus sowie persönlich geführte kleine Hotels oder Zentren mit einem abwechslungsreichen Meditations- und Kreativprogramm.

Auf der griechischen Insel Korfu können Gäste an offenen Angeboten kostenlos teilnehmen. Dazu gehören unter anderem Acrylmalen und Specksteinbearbeitung. Sonnengruß und Co. gelingen besonders gut im nachwüchzigen Kräutern duftenden Olivenhain oder bei Sonnenaufgang am Strand. Vegetarische Halbpension und der Transfer vom Flughafen zu den Unterkünften

ist bei den meisten Reisen im Preis inbegriffen. Der Veranstalter ist auf Alleinreisende spezialisiert und hilft gerne auch bei der Flugbuchung.

Yoga-Intensivkurse gibt es zum Beispiel in speziellen Einrichtungen auf der Halbinsel Pilon in der Nähe von Meer sowie in der Nähe von Antalya. Dort beinhalten die kostenlosen Programme neben Yoga und Meditation auch Ausflüge ins antike Olympos, eine dreistündige Wanderung und ein traditionelles türkisches Gözleme-Essen. Versteckte Badebuchten und türkisblaues Wasser sind garantiert inklusive.

**Tipp für Alleinreisende:** Zu bestimmten Zeiten entfallen die Einzelzimmerzuschläge. ■ djid