

SEIT ÜBER 40 JAHREN



Reisen für dich. Zu dir.



Alleine reisen.
Gemeinschaft erleben.

Yoga- & Qigongreisen
Ayurvedareisen
Meditations- &
Kreativreisen



www.inside-travel.com



Liebe Inside-Traveller,

seit nun 41 Jahren planen wir Eure Urlaube unter dem Leitspruch „Reisen für dich. Zu dir.“ Nach unserem Jubiläumsjahr geht es nun mit positiver Energie in die kommenden Jahre. Die Herzens-Blume soll uns nun bei jeder Ausgabe erinnern, wie lange wir schon für Euch da sein dürfen.

Jeder von Euch ist Einzigartig und verdient eine wertvolle Auszeit.

Auf unseren Reisezielen lassen wir Euch den Alltagsstress vergessen und die Sicht auf Dinge verändert sich, auch die nahezu vergessenen Leidenschaften und verborgenen Talente erwachen wieder. Unsere vielen Stammgäste – hauptsache alleinreisende Frauen & Männer (natürlich auch Paare in Ihrem Sein) – wissen, dass wir keine All-Inclusive-Clubs anbieten, dafür ganzheitliche Urlaubskonzepte mit Authentizität an ganz besonderen Kraftplätzen, wo Du ...

- Ruhe und Entspannung findest
- den Augenblick wahrnehmen und genießen kannst
- neue Kräfte und Energien für den Alltag sammeln kannst
- die Möglichkeit hast, ganzheitliche Heilungsprozesse zu erfahren.

Neben dem „Offenem Meditativ- & Kreativprogramm bieten wir zusätzlich Ferienseminare mit qualifizierten Kursleitern auf Korfu, Kreta und Zypern an.

Begib Dich mit uns auf eine Reise zurück in Deine innere Mitte, zurück zu Dir selbst und kehre mit mehr Gelassenheit, Lebensfreude und positiver Energie in den Alltag zurück.

Ganz nach unserem Motto: „Alles kann, nichts muss“.

Bei uns bis Du und Deine Wünsche einzigartig. Deine Bedürfnisse stehen bei uns im Vordergrund. Blättere los und finde Deinen Traumurlaub, alles andere erledigen wir für Dich.

Namasté und Willkommen bei uns so wie Du bist.

Ihre Reise-Experten von Inside Travel:



Annie Tabacchi
Touristikmitarbeiterin



Martina Church
Touristiksachbearbeiterin



Kornelia Probst
Touristik- und
Seminarmangement



Peter Stolz
Senior Geschäftsführer
Gründer von Inside Travel



Maximilian Stolz
Geschäftsführer
Touristik- und
Seminarmangement

Beratung und Buchung: **+49 (0) 8071–27 81** oder per E-Mail: info@inside-travel.com

Bürozeiten: Montag bis Freitag 10:00–17:00 Uhr.

Für jede Neubuchung erhalten Sie folgende Punktezahl:

Individualreise mit offenem Programm (1. Woche):

10 Bonuspunkte

Jede Verlängerungswoche (aus dem Inside Travel Programm):

5 Bonuspunkte

Freundschaftswerbung (für Neukunden mit Festbuchung,
die noch nicht in unserer Kartei sind):

7 Bonuspunkte

Wir sagen „Dankeschön“

- für **15** Punkte mit einem **Inside Travel Badehandtuch**.
- für **30** Punkte mit einer **Einzelbehandlung** (z.B. Massage) in einem unserer Hotels.
- für **50** Punkte mit einem **100-€-Gutschein** für Ihre nächste Reise mit Inside Travel.
- für **80** Punkte mit einem **200-€-Gutschein** für Ihre nächste Reise mit Inside Travel.
- für **100** Punkte mit **einer Woche Freiaufenthalt** in einem unserer Zentren oder Hotels.

Unsere Dankeschön-Aktion ist zeitlich nicht begrenzt. Sie können Ihre Punkte sammeln oder direkt einlösen.

Die Bonuspunkte sind nicht übertragbar und nur direkt über Inside Travel abzurechnen. Bitte prüfen Sie auf der Reisebestätigung Ihre Punkte – spätere Reklamationen sind nicht möglich. Kinder von 2 – 11 Jahren werden mit einem halben Anteil vergütet.

A photograph showing three women walking across a sandy landscape, likely a dune field. They are each carrying a rolled-up yoga mat under their arms. The woman in the foreground is seen from behind, wearing a grey tank top and light blue leggings. The middle woman is also seen from behind, wearing a teal tank top and dark leggings. The woman in the background is seen from the side, wearing a white t-shirt and grey leggings. Their shadows are cast long and dark onto the light-colored sand to the right of the frame.

Zwei Wege boten sich mir dar,
Ich nahm den Weg, der
weniger betreten war,
das veränderte mein Leben.

(Robert Lee Frost)

ZIELE	SCHWERPUNKTE						
	YOGA	TAI CHI & QI GONG	AYURVEDA	MEDITATION	KREATIV		
GRIECHENLAND							
Ouranos Club Korfu	■	■					6 – 15
Mythos Corfu Korfu	■	■					16 – 21
Zentrum Philoxenia Kreta	■	■					22 – 27
SOAK Sommerakademie Zakynthos	■	■	■	■	■		28 – 29
IlioHoos Center Pilion	■	■		■	■		30 – 31
ZYPERN							
Aphrodite Beach Hotel Zypern	■	■	■	■	■		32 – 37
TÜRKEI							
LYKIA lodge Lykische Küste	■	■	■	■	■		38 – 39
SPANIEN							
CASA EL MORISCO Andalusien	■	■	■	■	■		40 – 41
SRI LANKA & INDIEN							
ANANDA Ayurveda Resort Kosgoda - Sri Lanka	■	■	■	■	■		42 – 43
Nattika Beach Resort Kerala - Indien	■	■	■	■	■		44 – 45
Nikki's Nest Kerala - Indien	■	■	■	■	■		46 – 47
Somatheeram Resort Kerala - Indien	■	■	■	■	■		48 – 49
ÖSTERREICH							
Alpenhaus Gasteinertal Bad Hofgastein	■	■	■	■	■		50 – 51
Reiseversicherung							52
Reisebedingungen							54 – 55



Wir beraten Sie gerne unter +49 (0) 8071-2781



OURANOS CLUB

Korfu | Griechenland



MEDITATION

KREATIV

YOGA

TAI CHI & QI GONG

OFFENES PROGRAMM ✓

STRANDNÄHE ✓

AUSFLÜGLE & WANDERN ✓

VEGETARISCHE VERPFLEGUNG ✓

ENTSPANNUNG & MASSAGE ✓

WASSERSPORT ✓

„Ankommen und Sein.
Betreut von wunderbaren
Mitarbeitern und verpflegt
mit delikatem, vegetarischem
Essen. Ein Kraftplatz inkl.
Offenem Programm. Erholung
pur. Einfach Mee(h)r“

Gästemeinung 2025

Ein Ort für die Sinne und der Begegnungen

Der Ouranos Club ist seit über 40 Jahren ein Ort der Begegnung und Lebensfreude für Menschen jeden Alters. Die offene und familiäre Atmosphäre lädt ein, leicht mit interessanten Menschen und Gleichgesinnten in Kontakt zu kommen – beim Essen auf der großen Terrasse im Sonnenuntergang, bei einem der vielen Angebote des offenen Programms, bei gemeinsamen Ausflügen oder bei einem Glas Wein am Abend. Genießt wundervolle Augenblicke, gönnst Euch eine Auszeit, die Körper, Geist und Seele berührt und lasst Euch von der Schönheit der Natur verzaubern.



Wir beraten Sie gerne unter +49 (0) 8071-2781

5 Meditationsräume
und 2 Restaurants



UMGEBUNG

Das große Clubgelände mit seinen 20.000 qm² umfasst fünf Meditationsräume, Seminarhaus und Haupthaus, jeweils mit eigener Küche und die Kreativwerkstatt. Umgeben von Olivenhainen liegt das Gelände auf einer Landzunge zwischen zwei Dörfern mit deren langen Sandstränden, Agios Stefanos und Arillas, die beiden Strände sind in 10 Gehminuten gut zu erreichen.

WOHNEN

Apartments in fünf Preisgruppen, verteilt in verschiedenen Häusern. Grundsätzlich alle seitlich zum Meer mit freiem oder eingeschränktem Meerblick. Ausgestattet mit Dusche, WC, Terrasse oder Balkon, Kühl schrank, teilweise mit kleiner Wohnküche. Einfache und zweckmäßige Ausstattung.

Die Zimmer in den einzelnen Preisgruppen A, B, C, L und LX unterscheiden sich durch die Größe, Lage sowie Alter der Ausstattung.

ESSEN UND TRINKEN

Vegetarisches und veganes Frühstück- und Abendbüffet im clubeigenen Restaurant mit Sonnenterrasse. Softdrinks, Tee und Kaffee inklusive. Wein und Bier zu moderaten Preisen.

GEGEN GEBÜHR

- Wöchentliche Workshops (2-3 Tage, ca. 2 Std. pro Tag; vor Ort zubuchbar)
- zahlreiche Ferien-Seminare
- Einzelbehandlungen (Massagen, Channeling, Tarot, Crano Sacral u.v.m.)
- Sportangebote von externen Partner (Tauchen, Mountainbike, Wassersport).
- griechische Klimaschutzsteuer (vor Ort in Bar zu zahlen): € 2,00 pro Nacht/Zimmer (Stand 2025)

TIPP FÜR ALLEINREISENDE:

Kein EZ-Zuschlag:

02.05. – 16.05. & 03.10. – 24.10.2026

Halber EZ-Zuschlag:

16.05. – 30.05.2026

(nur gültig für das offene Programm)

z.B. 7 Nächte zu zweit im DZ

p.P. ab € 630

INKLUSIVLEISTUNGEN

- Unterbringung zu zweit im DZ (im kleinen oder großen Apartment) oder EZ (EZ-Zuschlag)*
- Teilnahme am offenen Meditativ- & Kreativprogramm (an 5 Tagen, je 3–4 Stunden)*
- hervorragende vegetarische & vegane Halbpension (Frühstück- & Abendbüffet) inkl. ausgewählter alkoholfreier Getränke*
- Sammeltransfer ab/bis Flughafen Korfu (samstags von 06:00 Uhr bis 23:59 Uhr)*

Verlängerungswoche:

Ab 2. Woche um € 50 ermäßiger Tarif.
Ab 4. Woche um € 100 ermäßiger Tarif.

Einzelzimmer-Zuschlag/Woche:

EZ sind DZ zur Alleinbenutzung

Preisgruppe A

p.P. € 50

Preisgruppe B/C/L/LX

p.P. € 100

Frühbucherrabatt: 3 %

Bei Buchung bis zum 31.01.2026.

Wiederholerrabatt: 10 %

Bei 2. Buchung im gleichen Jahr

(nur gültig für das offene Programm)

ÖFFNUNGSZEITEN

02.05. – 24.10.2026

ANREISE

Flüge nach Korfu vermitteln wir zum aktuellen Tagespreis. (nicht im Preis enthalten)

ANREISETAG

Samstag.

FLUGHAFENTRANSFER

Korfu, ca. 1 Stunde

	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Temperatur °C	14	14	16	20	23	28	29	30	29	23	19	15
Sonnenstd./Tag	4	6	6	8	10	12	13	12	10	7	5	5
Wasser °C	14	14	14	15	18	22	24	24	23	21	19	16

PREISE (ohne Flug) pro Person/Woche

Preisgruppen und Zimmer-Kategorien		Nebensaison 02.05. – 16.05.26 03.10. – 24.10.26	Hauptsaison 16.05. – 03.10.26
A	Kleines Apartment (Kat. 1) Großes Apartment (Kat. 2)	€ 660 € 630	€ 720 € 690
B	Kleines Apartment (Kat. 1) Großes Apartment (Kat. 2)	€ 710 € 670	€ 750 € 710
C	Kleines Apartment (Kat. 1) Großes Apartment (Kat. 2)	€ 740 € 700	€ 790 € 750
L	Kleines Apartment (Kat. 1) Großes Apartment (Kat. 2)	€ 790 € 750	€ 840 € 800
LX	Kleines Apartment (Kat. 1) Großes Apartment (Kat. 2)	€ 830 € 790	€ 880 € 840

Kategorie 1: Kleines Apartment, 1-2 Personen, ein Doppelzimmer, eigene Dusche/WC, Balkon oder Terrasse, Kühl schrank

Kategorie 2: Großes Apartment, 2-4 Personen, zwei Doppelzimmer, gemeinsame Dusche/WC, Terrasse oder Balkon, kleine Wohnküche mit Kühl schrank

Nähere Infos sowie weitere Angebote finden Sie unter www.inside-travel.com

Das offene Programm

Das offene Meditations- und Kreativprogramm, so wie auch die Workshops laden ein, dem Alltag zu entfliehen und Neues zu entdecken. Das Ouranos-Team gestaltet jede Woche ein abwechslungsreiches Programm, für das keinerlei Vorkenntnisse erforderlich sind. Dank der offenen und familiären Atmosphäre nehmen Sie bestimmt ein Stück Ouranos (griech. Himmel) mit nach Hause.



So unfassbar nette und liebevolle Menschen. Richtig gutes und frisches, vegetarisches Essen. Tolle Unterkünfte mit Blick zum Meer oder in die Grünen Berge. Wir kommen wieder!!

Gästemeinung 2025



OFFENES MEDITATIONS-PROGRAMM

Im Olivenhain, am Strand oder im Meditationsraum, das wöchentlich wechselnde Programm beinhaltet eine Auswahl aus verschiedenen Bausteinen, z.B.

- Stille und Bewegungsmeditationen
- Yoga
- Tai Chi & Qi Gong
- Meditatives Singen
- Geführte innere Prozesse
- Tanzen
- Trommeln
- Klangschalen Meditation
- Bogenschiessen

Wöchentlich wechselnde Workshops können gegen Gebühr vor Ort dazugebucht werden.

Aktuelle Infos finden Sie auf unserer Webseite: www.inside-travel.com



OFFENES KREATIV-PROGRAMM

Entdecken Sie den Künstler in sich – in der im schattigen Olivenhain gelegenen Kreativwerkstatt.

Angeboten wird unter anderem:

- Malen (Acryl, Aquarell, Seide)
- Modellieren
- Zeichnen und Skizzieren
- Marmor- und Specksteinbearbeitung
- Schmuckgestaltung
- Pastellmalerei
- Arbeiten mit Ton

Material zum Selbstkostenpreis



Beispiel für einen Wochenplan mit offenem Programm

(jede Woche neues wechselndes Programm)

Zeit	Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:30		Stille Meditation mit Flöte Philippe	Pilates Bhakti	Yoga Sangeta	Yoga Saida	Qi Gong Saida
10:30		Bootsausflug nach Mathrahü mit Wanderung und Baden	Mit dem Körper kommunizieren Paranit	Tanz dein Tarot Naveen	Scharmanische Trommelreise zum Krafttier	Workshop Intuitives Bogenschießen
11:00 bis	11:00 - 12:00 Workshop Vorstellung					
14:00						
18:30			Kundalini Meditation	Zeit für Sonne und Strand		Genieße das Meer
21:00	Begrüßung Vorstellung des Programms	Klangschalen Meditacion Petra	Buchlesung mit Cabaret	Aufstellung-abend	Happy Dance Night DJ Kostas	Ausklang der Woche Verabschiedung

○ Dienstag, Mittwoch und Donnerstag mittags „Trommelworkshop“

Ferien-Seminare

Die Ferien-Seminare bieten die hervorragende Möglichkeit tief und achtsam in ein bestimmtes Thema einzusteigen. Geleitet werden diese von ausgewählten und bekannten Top-Referenten & Trainern.

Die Seminare finden in der Regel vormittags von Sonntag bis Freitag im clubeigenen Seminarzentrum statt. Es bleibt genug Zeit zur individuellen Entspannung oder eigenen Aktivitäten.



DIE DREI SCHÄTZE DER KULTIVIERUNG: HALTUNG, ATMUNG & BEWUSSTSEIN

02.05. – 09.05.2026

Alexandra Prase-Dreßler

Der Qigong Transformationskette folgend wird das Programm über den Körper zur Atmung bis zum mentalen Training aufgebaut. So kommen sowohl einforderndes körperliches Training, tiefe Dehnungen, Haltungsausrichtung als auch reinigende Atemtechniken aus verschiedenen Traditionen zum Einsatz, die dann in Achtsamkeit und Meditation münden. Ein rhythmischer Wechsel zwischen Bewegung und Ruhe. Dieses Programm ist auch als 5-tägiger Bildungsurlaub anerkannt. Kurszeit: ca. 6 Std./Tag | OUC 01 | € 1270



FRAUENSEMINAR: REISE ZUR QUELLE DER WEIBLICHKEIT

09.05. – 16.05.2026

Anja Thrun

Willkommen im Kreis der Frauen! Gemeinsam begeben wir uns auf eine innere Reise zur Quelle der Weiblichkeit, die uns mit unserer Intuition und weiblichen Weisheit verbindet. Wir verehren unseren Körper, erwecken unsere Sinne, genießen unsere Lebendigkeit und die tiefe Stille des Seins. Alte Begrenzungen dürfen sich auflösen, innere Visionen ins Leben kommen und wachsen. Begleitet werden wir dabei von stillen und bewegten Meditationen, Tanz, Körper- und Energiearbeit, Naturritualen, Klang- und Trommelreisen.



Kurszeit: ca. 5-6 Std./Tag | OUC 02 | € 1190

BUCHUNGS-TIPP

OUC 02: Bei Buchung bis 31.01.2026 erhalten Sie € 50 Rabatt.

YOGA- & QI GONG FRÜHLINGSEVENT "LIGHT OF CORFU"

09.05. – 16.05.2026

Sylvia-Saida Arnolds

8 Tage Erholung pur - endlich richtig regenerieren, neue Lebenskraft und Vitalität auftanken, umgeben von schöner Natur direkt am Meer, das glasklar im Sonnenlicht funkelt. Eine ganz besondere Auszeit nur für Dich! Morgens vor dem Frühstück von 8.15 bis 9.45 Uhr praktizieren wir Hohes Energie-Qigong, das neue Lebensenergie schenkt und ab 17.00 Uhr beginnt die entspannte, neue Kraft und Beweglichkeit aufbauende Yoga Einheit von 2 Stunden in dem schönen Yoga Raum über dem Meer. Kurszeit: ca. 3,5 Std./Tag | OUC 03 | € 1005



WINDS OF CHANGE YOGA- & TANZURLAUB AM MEER

16.05. – 23.05.2026

Ursula Anthropelos

Mit achtsamer Bewegung, Movement Medicine Tanz, Yoga und Atemarbeit eröffnen sich neue Räume für Wohlwollen, Begegnungen und Austausch, in denen du dich selbst neu entdecken kannst. Diese Reise lädt dich ein, dir eine Woche der genießen Selbstfürsorge zu schenken, inmitten des grünen Inselparadieses. Kurszeit: ca. 3-4 Std./Tag | OUC 04 | € 1090



BUCHUNGS-TIPP

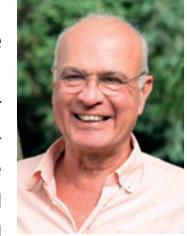
OUC 04: Bei Buchung bis 31.01.2026 erhalten Sie € 50 Rabatt.

PULSATION – DIE FREUDE LEBENDIG ZU SEIN

23.05. – 30.05.2026

Matthias Hotz

Tanzend erleben wir Frische und Vitalität und verbinden uns mit der blühenden Natur um uns herum. Dieser Workshop bietet eine intensive tänzerische Erfahrung und die Möglichkeit Körper und Geist zu erfrischen und zu stärken. Durch bewusste Bewegung und achtsame Präsenz finden wir neue Wege uns auszudrücken. Dabei ist es möglich Momente tiefen inneren Friedens zu erfahren. Erlebe die Schönheit der Insel und die transformative Kraft des Tanzes in diesem einzigartigen Seminar. Kurszeit: ca. 3 Std./Tag | OUC 05 | € 1025



ENTDECKE DICH UND DIE LEICHTIGKEIT DES SEINS

30.05. – 06.06.2026

Karin Simon

Erlebe die transformative Kraft der Gespräche im Außen und der schamanischen Reisen im Inneren deines Seins und erlebe den Wandel und den Perspektivwechsel mittels Familienaufstellungen. Lass dich von der Heilpraktikerin für Psychotherapie, Entspannungstherapeutin, und der Musikerin Karin Simon auf eine phantastische Reise mitnehmen, bei der du dich auch am Meer unter der griechischen Sonne auftanken kannst und den Moment in vollen Zügen genießen kannst. Kurszeit: ca. 4-5 Std./Tag | OUC 06 | € 1210



INSIDE(R) TIPP

Wir übernehmen auch die Organisation und Abwicklung Ihrer eigenen Seminare.

Ferien-Seminare

IFS-RETREAT: BEZIEHUNGSFÄHIGER WERDEN

30.05. – 06.06.2026

Thomas Frister

Beziehungsfähigkeit vertiefen durch Arbeit am Entwicklungs- bzw. Bindungstrauma. Wir verbinden Erholung und Entspannung mit heilsamen Aufstellungen nach dem Modell des Inneren Familien-Systems (IFS, nach R. Schwartz). Vom Seminarraum können wir eine wunderschöne Aussicht aufs Meer genießen! IFS baut auf der Inneren-Kind-Arbeit auf und hilft, sich unter Begleitung verletzten inneren Anteilen heilsam zuzuwenden. Vor Anmeldung Gratis-Vorgespräch bei Kursleitung.

Kurszeit: ca. 3-4 Std./Tag | OUC 07 | € 1050

INSIDE(R) TIPP

Wir übernehmen auch die Organisation und Abwicklung Ihrer eigenen Seminare.

AWAKE & LOVE – SELBSTFINDUNGSREISE ZUR LIEBE

30.05. – 06.06.2026

Sonja Bettina Skok

Selbstfindungsreise zur Liebe. Eine transformative Urlaubswoche für Entschleunigung, Klarheit & Lebendigkeit. Erlebe den 8-Stufen-Yogaweg zum Erwachen, Chakren Powder & Liebespotenzial Entfaltung. Dynamische Meditationen öffnen Raum für Selbstwirksamkeit, Herzöffnung und Vertrauen in deine Intuition. Entdecke dich selbst als einzigartigen Menschen, komm vom Kopf ins Herz und finde neue Verbindung und Ausstrahlung.

Kurszeit: ca. 4 Std./Tag | OUC 08 | € 1180



MATRIXPOWER® „STRAHLENDES SEIN“ DURCH QUANTENHEILUNG

20.06. – 27.06.2026

Monika Gössl &

Thomas Meyer

Diese Reise zum Herzen wird dich begeistern, wenn Du Deine Ausstrahlung gezielt verändern möchtest, um Fülle, Leichtigkeit, Freude und deine*n Seelenpartner*in ins Leben zu ziehen. Willkommen sind hier alle Singles und Paare, die eine erfüllte Beziehung leben möchten. Denn dies setzt voraus, auch die Beziehung zu Dir selbst zu heilen, Deine Eigenliebe und Dein Selbstvertrauen zu stärken und Dein Herz zu öffnen. Das absolute Highlight der Reise ist das gemeinsame Venusritual zur Heilung der Liebe. Dieses Ritual verändert Dein Leben. Du wirst eine neue Liebesfähigkeit in Dir entdecken, diese Liebe von jeder Deiner Zellen ausstrahlen und somit selbst zum Herz-magneten werden.

Kurszeit: ca. 4 Std./Tag | OUC 10 | € 1470



IMPROVISATIONSTHEATER: KOPF AUS – FLOW AN

04.07. – 11.07.2026

Gracielle Justo

Improtheater ist ein Ort, an dem für Momente alles möglich sein kann. An dem man sich Ideen wie Pingpong-Bälle zuwirft und so gemeinsam eine andere Welt erschafft. Hier darfst du dich mit all deinen Fassetten spielerisch ausdrücken und alle möglichen und unmöglichen Rollen und Geschichten erschaffen. Entdecke dich neu, in dieser Verwandlungskunst jenseits von Richtig und Falsch. Lustige Improspiele, phantasievolle Rollenarbeit, berührende Stehgreifszene: Schenk dir selbst eine entspannende Auszeit voller Spielfreude bei einer inspirierenden Profi-Schauspielerin.



Kurszeit: ca. 4 Std./Tag | OUC 13 | € 1400

BUCHUNGS-INFO

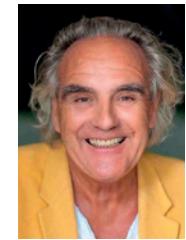
OUC 13: Kein Frühbucherrabatt !

SOMMER-CELEBRATION: DAS LEBEN FEIERN, DIE LIEBE LEBEN

11.07. – 18.07.2026

Frank Fies

Die Verbindung von Lebensfreude, Sinnlichkeit und Spiritualität. Eine ideale Möglichkeit Erholung, Muße und transformierende Erfahrungen zu verbinden. Jeder Tag ehrt und beschenkt Deinen Körper, reinigt und weitet Deinen Geist, öffnet und unterstützt Dein Herz und den Reichtum Deiner Gefühle und lässt Deiner Seele wieder Flügel wachsen. Dieses Seminar richtet sich an Frauen und Männer, die in einem würdevollen Rahmen sich selbst und anderen eine nährende, bezaubernde und seelenvolle Zeit des Glücks schenken wollen.



Kurszeit: ca. 5-6 Std./Tag | OUC 14 | € 1330

SACRED TOUCH - TANTRA & TRANSFORMATION

20.06. – 27.06.2026

Felice Pospiech & Christoph Waldvogel

Erlebe eine intensive Reise zu dir selbst und Anderen – getragen von Achtsamkeit, Freude und Leichtigkeit. Öffne dein Herz, komm ganz in deinen Körper und entdecke, was in dir wirklich lebt. Tantrische Präsenz, transformierende Atemräume, verkörperte Meditation, freier Ausdruck, Tanz und stille Momente schenken dir Tiefe, Verbundenheit und neue Inspiration. Für Paare und Singles.



Kurszeit: ca. 6 Std./Tag | OUC 09 | € 1290

AROMA YOGA® - IM EINKLANG MIT DEN ELEMENTEN

27.06. – 04.07.2026

Katharina Woelcke

Erlebe die Kraft energetischer Übungen in Verbindung mit reinen ätherischen Ölen und bringe Körper, Geist und Seele in Balance. Aroma Yoga® kombiniert sanfte Bewegungen, bewusste Atmung und Meditation mit der kraftvollen Wirkung ätherischer Öle - abgestimmt auf die Chakren und die fünf Elemente: Erde, Wasser, Feuer, Luft und Äther. Die gezielt eingesetzten Düfte unterstützen die Selbstwahrnehmung und vertiefen deine persönliche Yogapraxis.



BUCHUNGS-TIPP

OUC 14: Bei Buchung bis 28.02.2026 erhalten Sie € 80 Rabatt.



ENTDECKE DICH UND DIE LEICHTIGKEIT DES SEINS

18.07. – 25.07.2026

Karin Simon

Erlebe die transformative Kraft der Gespräche im Außen und der schamanischen Reisen im Inneren deines Seins und erlebe den Wandel und den Perspektivwechsel mittels Familienaufstellungen. Lass dich von der Heilpraktikerin für Psychotherapie, Entspannungstherapeutin, und der Musikerin Karin Simon auf eine phantastische Reise mitnehmen, bei der du dich auch am Meer unter der griechischen Sonne auftanken kannst und den Moment in vollen Zügen genießen kannst.

Kurszeit: ca. 4-5 Std./Tag | OUC 15 | € 1210



VOM KOPF INS HERZ – EINE REISE ZU DIR SELBST

18.07. – 25.07.2026

Clair Dalloz

Tauche ein in eine transformative Yoga-Erfahrung, die dich aus dem hektischen Alltag in die Stille deines Herzens führt. Inmitten der beruhigenden Natur lade ich dich ein, den Kopf loszulassen und das Herz zu öffnen. Während dieses intensiv Retreats erwarten dich Yoga- und Meditationspraktiken, die darauf abzielen, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Begleitet von achtsamer Atmung und tiefem Bewusstsein wirst du lernen, den inneren Lärm zu beruhigen und eine Verbindung zu deinem wahren Selbst herzustellen.

Kurszeit: ca. 5-5,5 Std./Tag | OUC 16 | € 1270



IMPROVISATIONSTHEATER: KOPF AUS – FLOW AN

01.08 – 08.08.2026

Gracielle Justo

Improtheater ist ein Ort, an dem für Momente alles möglich sein kann. An dem man sich Ideen wie Pingpong-Bälle zuwirft und so gemeinsam eine andere Welt erschafft. Hier darfst du dich mit all deinen Fassetten spielerisch ausdrücken und alle möglichen und unmöglichen Rollen und Geschichten erschaffen. Entdecke dich neu, in dieser Verwandlungskunst jenseits von Richtig und Falsch. Lustige Improspiele, phantasievolle Rollenarbeit, berührende Stehgrefszzenen: Schenk dir selbst eine entspannende Auszeit voller Spielfreude bei einer inspirierenden Profi-Schauspielerin.

Kurszeit: ca. 4 Std./Tag | OUC 17 | € 1400



BUCHUNGS-INFO

OUC 17: Kein Frühbucherrabatt !

KUNDALINI YOGAREISE „FEEL THE ELEMENTS“

08.08. – 15.08.2026

Jana Giebe

Nirvair Akaal Kaur

Auf Korfu verbinden wir Kundalini Yoga mit den Kräften der Elemente. Jeden Tag reisen wir spielerisch durch eins der Elemente – Feuer - Sonne, Wasser - Meer, Luft - Wind, Erde - Natur und den Äther – für neue Energie, Gemeinschaft, purer Lebensfreude und innere Balance inmitten atemberaubender Landschaft. K-Yoga ist sehr dynamisch und auch für Anfänger geeignet, die Gemeinschaft trägt dich.

Kurszeit: ca. 4-6 Std./Tag | OUC 18 | € 1280



BURN-IN-SEMINAR®: ACHTSAMKEIT & LÖSUNGSFOKUSSIERUNG

15.08. – 22.08.2026

Dr. Klaus Biedermann

Achtsamkeit bedeutet bewusstes Wahrnehmen des gegenwärtigen Moments und zwar ohne Bewertung oder Urteilen. Erst wenn du nicht mehr bewertest, kannst du das Leben feiern und genießen, als das was es ist. Mit Offenheit und Akzeptanz gegenüber allen Erfahrungen. Lösungsfokussiertes Coaching richtet seine gesamte Energie auf die Lösung. Denn Problem und Lösung stehen in keinem Zusammenhang!

Seminarinhalte sind Meditationen und systemische Aufstellungen.

Kurszeit: ca. 7-8 Std./Tag | OUC 19 | € 1270



SANFTES YOGA MIT PILATES UND PETER HESS® THERAPIEKLANGE SCHALEN

29.08. – 05.09.2026

Iris Bendick

Starte achtsam in den Tag mit sanfter Yoga-Pilates-Praxis voller Klarheit und Freude. Optional zusätzlich an 3 Tagen: Atemoptimierung durch die Buteyko-Methode. Abends führt Yin Yoga dich in sanfte Dehnung – begleitet



von den leisen Schwingungen der Peter Hess® Therapielangschalen, die Tiefenentspannung und ein Gefühl innerer Verbundenheit entstehen lassen. Auf Wunsch können die angenehmen Vibrationen direkt am oder auf deinem Körper erfahren werden.

Kurszeit: ca. 3 Std./Tag | OUC 21 | € 1045

BUCHUNGS-TIPP

OUC 21: Bei Buchung bis 24.04.2026 erhalten Sie € 50 Rabatt.

BEFREIT LIEBEN – KASCHMIRISCHES TANTRA

22.08. – 29.08.2026

Elisabeth Bott

Ein Seminar mit Inhalten und Praktiken des Kaschmirischen Tantra. Mit Lasya Tandava und Kaschmirischer Massage können wir den Körper und das Sein auf magische Weise in vollkommener Freiheit erleben. Ein Tantrischer Erfahrungsraum, der in der Tiefe das Herz berührt, sowie den Körper in Vibration bringt. Gemeinsam tauchen wir in die Liebe ein, um die Fülle und das Feuer im Herzen zu befreien. Das Seminar ist offen für Singles und Paare.

Kurszeit: ca. 6 Std./Tag | OUC 20 | € 1300



INSIDE(R) TIPP

Wir übernehmen auch die Organisation und Abwicklung Ihrer eigenen Seminare.

KLARHEITS-RETREAT FÜR DEINEN INNEREN KOMPASS

29.08. – 05.09.2026

Markus Gruber

Erlebe eine transformative Woche der Selbsterfahrung auf Korfu. Eine Woche Auszeit auf Korfu für Menschen, die viel erreicht haben und dennoch spüren: „Da fehlt etwas.“ In exklusiver Gruppe verbinden wir Ruhe, Natur und neueste Erkenntnisse aus Achtsamkeit und Neurobiologie. Wir schaffen Raum für Selbstreflexion, innere Klarheit und neue Perspektiven. Digital Detox entlastet dein Nervensystem; du entdeckst deinen inneren Kompass und findest Sinn und Richtung.



Kurszeit: ca. 6-8 Std./Tag | OUC 22 | € 1347

BUCHUNGS-TIPP

OUC 22: Bei Buchung bis 30.06.2026 erhalten Sie € 200 Rabatt.

Ferien-Seminare

TANTRAURLAUB - „MIT ALLEN SINNEN GENIESSEN“

05.09. – 12.09.2026

Angela Mecking & Ralf Lieder

Dieses Seminar ist die ideale Verbindung von Tantra und Urlaub: Mittels tantrischen Ritualen und Übungen, kraftvollen Meditationen, entspannenden Massagen, Lachyoga, Atemübungen und sinnlichen Begegnungen wirst Du innerlich und äußerlich berührt. Der Fokus liegt auf der würdigenden Begegnung mit dem eigenen Körper und denen der anderen Teilnehmer. Der Freude, der Achtsamkeit, der Sinnlichkeit, der Spiritualität und der Lebendigkeit wird großer Raum gewährt. Geeignet für Paare und Singles.

Kurszeit: ca. 6,5 Std./Tag | OUC 23 | € 1300



MANTRA, YOGA & STIMME

05.09. – 12.09.2026

Anna-Sophia Schrenker

Yoga, Mantriren und Herzenslieder begleiten uns morgens in den Tag. Nachmittags/abends vertiefen wir den Weg zur Stimme mit Körperübungen, Stimmbildung und gemeinsamem Singen. Zeit für Verbindung, Klang, Stille, Austausch und kleine Ausflüge sowie Einheiten am Strand. Mit Anna-Sophia Schrenker – Sängerin, Psychologin & Yogatherapeutin. Für Anfänger & Erfahrene geeignet.

Kurszeit: ca. 4 Std./Tag | OUC 24 | € 1149

BUCHUNGS-TIPP

OUC 24: Bei Buchung bis 31.03.2026 erhalten Sie € 67 Rabatt.



LICHTVOLLE TRANSFORMATION ZUM INNEREN FRIEDEN

12.09. – 19.09.2026

Luzia Stofer &

Daniel Freudiger

Ein Seminar für Loslassen, Heilung und Seelenklarheit. Der Schlüssel zu mehr Leichtigkeit und Freude liegt nicht im Außen, sondern tief in uns selbst. Dieses Seminar lädt dich dazu ein, Altes liebevoll loszulassen und dein Herz neu für Frieden, Liebe und Klarheit zu öffnen. In einem geschützten Raum voller Achtsamkeit und Herzenswärme begleiten wir dich auf dem Weg zurück zu deinem inneren Licht – dorthin, wo Ruhe, Kraft und Verbundenheit schon immer in dir wohnen.

Kurszeit: ca. 5 Std./Tag | OUC 25 | € 1180



BUCHUNGS-TIPP

OUC 25: Bei Buchung bis 31.01.2026 erhalten Sie € 50 Rabatt.

ICH TRAGE MEINE TRAUER ANS MEER

12.09. – 19.09.2026

Karin Simon

Reden und Schweigen - Lachen und Weinen - Gemeinsam statt Einsam. Begleiten wird Dich die erfahrene Psychotherapeutin HP - Lebensamme - Traueramme - Sterbeamme Karin Simon Inhalte des Seminars: Gespräche und Austausch; Phantasiereisen; gemeinsames Musizieren; Trauerrituale; Kraftwanderung. Unsere geschützten Gruppentreffen finden am Vormittag statt. Am Abend treffen wir uns zum gemeinsamen Tagesausklang.

Kurszeit: ca. 5 Std./Tag | OUC 26 | € 1150



HEALING-RETREAT: FREE YOUR BREATH, BODY & SOUL

12.09. – 19.09.2026

Stephanie Hagemann

Auftanken, tief tauchen, Zeit deine Seele baumeln zu lassen. Eine Heilreise zu dir, am Meer, inmitten der Natur, unterstützt von den Elementen an diesem wundervollen Kraftplatz! Breathwork, leichte Bodywork, Klangmeditationen begleiten unsere transformativen Prozesse, getragen von einem hochschwingendem, geschützten Raum. Ich stelle dir all meine Erfahrung, mein Wissen, meine Weisheit zur Verfügung.

Kurszeit: ca. 4-5 Std./Tag | OUC 27 | € 1450



BUCHUNGS-TIPP

OUC 27: Bei Buchung bis 31.03.2026 erhalten Sie € 200 Rabatt.

DIE CLOWNIN AM MEER! VOM GLÜCK DER UNVOLLKOMMENHEIT.

26.09. – 03.10.2026

(nur für Frauen)

Kristina Mohr

Sonne, Clownsspiel, Strand & Schabernack... was für eine traumhafte Auszeit! Genüsslich am Meer sein - spielen und faulenzen. Lachen und Staunen. Urlaub mit dem Einstieg in die rote Nase verbinden? Auja! Das sanfte Clownin-Erwachen führt Dich zu Deiner ureigenen Kraft, um in Lebensfreude und neuer Energie zu baden. Schalte Dein Denken aus und hüpfen in ein verschmitztes Abenteuer - mit „Glücks-Übung“ und Schabernack. Schelmisches Frauen-Seminar unter behutsamer Anleitung. Vorerfahrung nicht nötig, Widerstände willkommen!

Kurszeit: ca. 3-4 Std./Tag | OUC 28 | € 1197



LEBENSFREUDE DURCH TANZ

03.10. – 10.10.2026

Martina Hecht & Claudia Schmidt

Wir lernen Kreistänze aus verschiedenen Kulturen. Beschwingu und fröhliche Tänze lassen uns Freude und Energie tanken. Meditative Choreographien helfen beim Abschalten und Entspannen. Gemeinsam erleben wir ihre befreienden und stärkenden Kräfte. Lebensfreude und geistige Frische stellt sich ein. Zusätzlich gibt es die Möglichkeit, mit belebenden Qi Gong Übungen energievoll in den Tag zu starten. Kurszeit: ca. 5-5,5 Std./Tag | OUC 29 | € 1040



BUCHUNGS-TIPP

OUC 29: Bei Buchung bis 31.05.2026 erhalten Sie € 50 Rabatt.

BURN-IN-SEMINAR®: ACHTSAMKEIT & LÖSUNGSFOKUSSIERUNG

03.10. – 10.10.2026

Dr. Klaus Biedermann

Achtsamkeit bedeutet bewusstes Wahrnehmen des gegenwärtigen Moments und zwar ohne Bewertung oder Urteilen. Erst wenn du nicht mehr bewertest, kannst du das Leben feiern und genießen, als das was es ist. Mit Offenheit und Akzeptanz gegenüber allen Erfahrungen. Lösungsfokussiertes Coaching richtet seine gesamte Energie auf die Lösung. Denn Problem und Lösung stehen in keinem Zusammenhang!



Seminarinhalte sind Meditationen und systemische Aufstellungen.

Kurszeit: ca. 7-8 Std./Tag | OUC 30 | € 1210



YOGA RETREAT SELFCARE: KUNDALINI & YIN YOGA

10.10. – 17.10.2026

Mia Klein

Es ist Zeit für DICH. Komm zu Dir. Mit achtsamen Praktiken aus dem Kundalini und Yin Yoga. Morgens öffnet die kraftvolle Energie des Kundalini Yoga dir neue Wege. Abends findest du Regeneration und Tiefenentspannung im Yin Yoga. Zeit und Raum, um dich zu spüren, loszulassen und neue Kraft zu sammeln. Zeit für Austausch, Zeit am Meer – und du darfst einfach sein. Genährt von Bewegung, Ruhe und bewusster Zeit. SELFCARE – eine Reise zu dir selbst.

Kurszeit: ca. 3-4 Std./Tag | OUC 31 | € 1188



KÖRPERWEISHEIT – DER WEIBLICHE WEG

17.10. – 24.10.2026

Christiane Marks

Sinnlichkeit. Weibliche Sexualität. Tiefe. Im geschützten Raum des Frauenkreises gehst Du in tiefen Kontakt mit deinem Körper, deiner Sinnlichkeit und deiner inneren Kraft. Durch Atem-, Bewegungs- und Wahrnehmungsübungen, Meditation, Tanz, Rituale, kreative Übungen und Reflexionen setzt du dich mit deiner sexuellen Biografie auseinander, erkennst eigene Bedürfnisse, Grenzen & deine gelernten Erregungsmodi. Du lernst, deine Weiblichkeit bewusst und authentisch in Alltag, Beziehungen und Selbstwahrnehmung zu leben.
Kurszeit: ca. 5-7 Std./Tag | OUC 32 | € 1208



z.B. 7 Nächte zu zweit im DZ

p.P. ab € 1005

INKLUSIVLEISTUNGEN SEMINARE

- **Unterbringung** zu zweit im DZ (großes Apartment, Kategorie 2 mit gemeinsamen Bad und Wohnküche, **Preisgruppe A** (ohne Meerblick)) Gegen Aufpreis DZ zur Alleinbenutzung: € 50 - € 100 pro Person
- Kategorie 1 (= eigene DU/WC): € 30 - € 40 pro Person
- Preisgruppe B** (eingeschränkter Meerblick): € 20 - € 40 pro Person
- Preisgruppe C** (Meerblick, bessere Ausstattung): € 60 - € 70 pro Person
- Preisgruppe L** (Meerblick, Klimaanlage): € 110 - € 120 pro Person
- Preisgruppe LX** (Luxus, Meerblick, Klimaanlage): € 150 - € 160 pro Person
- **Teilnahme am Ferien-Seminar**
- **hervorragende vegetarische & vegane Halbpension**
- **Sammeltransfer** ab/bis Flughafen Korfu (samstags von 06:00 Uhr bis 23:59 Uhr)

BUCHUNGS-TIPP

OUC 31: Bei Buchung bis 31.01.2026 erhalten Sie € 108 Rabatt.

Wichtige Hinweise

Es besteht kein Anspruch auf Präsenz des/der erwähnten Seminarleiters/-leiterin. Diese/r kann auch durch eine/n gleich qualifizierte/n Leiter/in ersetzt werden.

Der/die Teilnehmer/in garantiert, dass er/sie sich in der Lage fühlt an dem teilweise intensiven Gruppenprozessen teilzunehmen und bereit ist, für sich selbst die Verantwortung zu übernehmen. Wir verweisen auch auf Punkt 8 unserer Reisebedingungen.

Mindestteilnehmerzahl: 6 Personen

Letzte Rücktrittsmöglichkeit von Inside Travel bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl: 21 Tage vor Reisebeginn. Ungefährre Gruppengröße: 6 bis 30 Teilnehmer (je nach Seminar abhängig).

SONDERAKTION

Kein EZ-Zuschlag:

02.05. – 16.05. & 03.10. – 24.10.2026

Frühbucherrabatt: 3 %

Bei Buchung bis zum 31.01.2026.



Ferien-Seminare

OURANOS CLUB Ferien – Seminare 2026

Termine 2026	Kursthema	Referent	Kurs-Nr.	Preis
02.05. – 09.05.	Die drei Schätze der Kultivierung: Haltung, Atmung & Bewusstsein	Alexandra Prase-Dreßler	OUC 01	€ 1270
09.05. – 16.05.	Frauenseminar: Reise zur Quelle der Weiblichkeit	Anja Thrun	OUC 02	€ 1190
09.05. – 16.05.	Yoga & Qi Gong Frühlingsevent "Light of Corfu"	Sylvia-Saida Arnolds	OUC 03	€ 1005
16.05. – 23.05.	*Winds of Change* Yoga- & Tanzurlaub am Meer	Ursula Anthropelos	OUC 04	€ 1090
23.05. – 30.05.	Pulsation – Die Freude lebendig zu sein	Matthias Hotz	OUC 05	€ 1025
30.05. – 06.06.	Entdecke dich und die Leichtigkeit des Seins	Karin Simon	OUC 06	€ 1210
30.05. – 06.06.	IFS-Retreat: Beziehungsfähiger werden	Thomas Frister	OUC 07	€ 1050
30.05. – 06.06.	Awake & Love – Selbstfindungsreise zur Liebe	Sonja Bettina Skok	OUC 08	€ 1180
20.06. – 27.06.	Sacred Touch – Tantra & Transformation	Felice Pospiech & Christoph Waldvogel	OUC 09	€ 1290
20.06. – 27.06.	MatrixPower® „Strahlendes SEIN“ durch Quantenheilung	Monika Gössl & Thomas Meyer	OUC 10	€ 1470
27.06. – 04.07.	Trommel-Retreat für Frauen	Astrid Schweska	OUC 11	€ 1200
27.06. – 04.07.	Aroma Yoga® – Im Einklang mit den Elementen	Katharina Woelcke	OUC 12	€ 1200
04.07. – 11.07.	Improvisationstheater: Kopf aus – Flow an	Gracielle Justo	OUC 13	€ 1400
11.07. – 18.07.	Sommer-Celebration: Das Leben feiern, die Liebe leben	Frank Fiess	OUC 14	€ 1330
18.07. – 25.07.	Entdecke dich und die Leichtigkeit des Seins	Karin Simon	OUC 15	€ 1210
18.07. – 25.07.	Vom Kopf ins Herz – eine Reise zu dir selbst	Claire Dalloz	OUC 16	€ 1270
01.08. – 08.08.	Improvisationstheater: Kopf aus – Flow an	Gracielle Justo	OUC 17	€ 1400
08.08. – 15.08.	Kundalini Yogareise „feel the elements“	Jana Giebe Nirvair Akaal Kaur	OUC 18	€ 1280
15.08. – 22.08.	Burn-In-Seminar®: Achtsamkeit & Lösungsfokussierung	Dr. Klaus Biedermann	OUC 19	€ 1270
22.08. – 29.08.	Befreit Lieben – Kaschmirisches Tantra	Elisabeth Bott	OUC 20	€ 1300
29.08. – 05.09.	Sanftes Yoga mit Pilates und Peter Hess® Therapieklangschalen	Iris Bendick	OUC 21	€ 1045
29.08. – 05.09.	Klarheits-Retreat für deinen inneren Kompass	Markus Gruber	OUC 22	€ 1347
05.09. – 12.09.	Tantraurlaub – „Mit allen Sinnen genießen“	Angela Mecking & Ralf Lieder	OUC 23	€ 1300
05.09. – 12.09.	Mantra, Yoga & Stimme	Anna-Sophia Schrenker	OUC 24	€ 1149
12.09. – 19.09.	Lichtvolle Transformation zum inneren Frieden	Luzia Stofer & Daniel Freudiger	OUC 25	€ 1180
12.09. – 19.09.	Ich trage meine Trauer ans Meer	Karin Simon	OUC 26	€ 1150
12.09. – 19.09.	Healing-Retreat: Free Your Breath, Body & Soul	Stephanie Hagemann	OUC 27	€ 1450
26.09. – 03.10.	Die Clownin am Meer! Vom Glück der Unvollkommenheit	Kristina Mohr	OUC 28	€ 1197
03.10. – 10.10.	Lebensfreude durch Tanz	Martina Hecht & Claudia Schmidt	OUC 29	€ 1040
03.10. – 10.10.	Burn-In-Seminar®: Achtsamkeit & Lösungsfokussierung	Dr. Klaus Biedermann	OUC 30	€ 1210
10.10. – 17.10.	Yoga Retreat Selfcare: Kundalini & Yin Yoga	Mia Klein	OUC 31	€ 1188
17.10. – 24.10.	Körperweisheit – der weibliche Weg	Christiane Marks	OUC 32	€ 1208

40
JAHRE
1985-2025



Wir übernehmen auf Wunsch für Sie:



Die Organisation Ihres Seminars von der Ausschreibung bis zur Buchungsabwicklung nach Ihren individuellen Wünschen.



Die Verhandlung mit den jeweiligen Leistungsträgern (Hotels, Zentren, Transfer- und Fluggesellschaften).



Die Erstellung eines speziellen Anmeldeformulars nur für Ihre Ausschreibung.



Die kostenfreie Werbung in unserem Jahreskatalog: "Reisen für dich. Zu dir."



Eine kostenlose & ausführliche Detailbeschreibung des Seminars samt Vita des Kursleiters auf unsere Homepage.



Den Prospekt- und Unterlagenversand.



Eine individuelle Telefonberatung über Seminarinhalt, Ort und Unterkünfte.



Die Beratung und Reservierung der verschiedenen Anreisemöglichkeiten.



Die Reise- und Seminarbestätigung in schriftlicher Form.



Ein Abrechnungsverfahren nach Ihren individuellen Wünschen.



Das Haftungsrisiko gemäß den gesetzlichen Bestimmungen des deutschen Reiseverantaltergesetztes.



Die Insolvenzversicherung zur Reisepreisabsicherung.

Wir beraten Sie gern:
info@inside-travel.com





MYTHOS CORFU

Korfu | Griechenland

MEDITATION
KREATIV
YOGA
TAI CHI & QI GONG

- OFFENES PROGRAMM ✓
- STRANDNÄHE ✓
- VEGETARISCHE VERPFLEGUNG ✓
- ENTSPANNUNG & MASSAGE ✓
- AUSFLÜGE & WANDERN ✓
- WASSERSPORT ✓

„Empfangen mit einem grossen Herzen. Beste Platz um für seinen Körper und seine Seele was Gutes zu tun. Das Meer einfach magisch.“

Gästemeinung 2025

Magische Momente

Magische Momente entstehen im mediterranen Licht und warten darauf, erlebt und gelebt zu werden. Zeit im Licht und der Wärme zu verbringen, rückt uns näher an uns selbst. Wir reisen in die Ferne und landen bei uns selbst und in der griechischen Mythenwelt. Gerda, Jochen und die Mythos Crew helfen beim Ankommen im Mythos Corfu – ganz in der Nähe des Meeres. Die offene, warme Atmosphäre ermöglichen dir loszulassen, Einfachheit zu erleben und zu spüren, was dir gut tut - Aktivität oder Ruhe. Kontakte entstehen im gemeinsamen meditativen und kreativen Tun.





UMGEBUNG

Mythos Corfu liegt in Arillas im Nordwesten von Korfu nahe am Strand. Strand, Tavernen, Cafes und kleine Geschäfte sind zu Fuß in wenigen Minuten zu erreichen. Arillas ist umgeben von Olivenhainen und ein guter Ausgangspunkt für Spaziergänge und Wanderungen. Auch die Inselhauptstadt Kerkyra mit venezianischer Altstadt lädt zu einem Ausflug ein.

WOHNEN

Unsere kleine, gepflegte Anlage wird eingehaumt von zwei Gebäudeteilen mit offener Seite zum Meer. Das eigene Restaurant mit weinumrankter, windgeschützter Terrasse, die Lounge mit Meerblick, Sitzecken an der Poolbar und um den Pool laden zum Verweilen und Entspannen ein. Der kuppelförmige Meditationsraum befindet sich auf dem Dach mit Blick auf das Meer und die „Dracheninsel“ Gravia.

Unsere Gäste wohnen in 24 geräumigen Studios und 2 Apartments mit Balkon oder Terrasse, teilweise mit seitlichem Meerblick. Die Zimmer sind hell und freundlich eingerichtet, Türen und Fenster sind mit Moskitonetzen geschützt. Alle Zimmer verfügen über eine Küchenzeile mit Wasserkocher und über ein eigenes Bad.

Etwa 20 Min. zu Fuß entfernt, auf der Landzunge zwischen den beiden Buchten Arillas und Agios Stefanos, befindet sich das Haus Hoys mit weitem Blick auf und über das

Meer, über die vorgelagerten Inseln zu den albanischen Bergen. Haus Hoys verfügt über 13 Zimmer, teilweise Studios, teilweise Apartments und ist in der Nähe des Cafe Akrotiri, in dem sich unser Seminarraum befindet.

ESSEN UND TRINKEN

In den Morgen starten mit einem Kaffee oder Tee und einem Sprung in den Pool oder in das Meer, danach ab 9:00 Uhr wartet das leckere Frühstücksbüffett. Nachmittags öffnet die Kaffee- und Kuchenbar und abends um 19:00 Uhr treffen wir uns zum vegetarischen Abendessen.

GEGEN GEBÜHR

- Workshops und Ferien-Seminare
 - Einzelbehandlungen (Massagen, Reiki, Cranio Sacral Therapie, Ayurveda-massagen, Journey u.v.m.)
 - Schiffs- und Busausflüge.
 - griechische Klimaschutzsteuer (vor Ort in Bar zu zahlen):
- € 2,00 pro Nacht/Zimmer (Stand 2025)

Vor Ort zubuchbar:

Das offene Programm wird ergänzt durch wechselnde Workshops, die vor Ort vorgestellt und bezahlt werden (dienstags bis freitags je 2 Std. gegen Gebühr ca. € 80).

TIPP FÜR ALLEINREISENDE:

Kein EZ-Zuschlag:

09.05. – 16.05. & 10.10. – 17.10.2026

Halber EZ-Zuschlag:

16.05. – 23.05. & 03.10. – 10.10.2026
(nur gültig für das offene Programm)

z.B. 7 Nächte zu zweit im Studio

p.P. ab € 630

INKLUSIVLEISTUNGEN

- Unterbringung zu zweit im DZ (Studio) oder EZ (EZ-Zuschlag)
- Teilnahme am **offenen Meditativ- & Kreativprogramm**
(an 5 Tagen, je 3–4 Stunden)
- **Tägliches Frühstücksbüffett und 6x vegetarisches Abendessen inkl. alkoholfreier Getränke**
(Donnerstag Abend ohne Abendessen)
- **Diätwünsche z.B. lactosefrei, glutenfrei und vegan sind nach vorheriger Absprache und gegen Aufpreis möglich**
- **Sammeltransfer samstags ab/bis Flughafen Korfu**

Verlängerungswoche:

Jede Verlängerungswoche um € 40 ermäßigt.

Einzelzimmer-Zuschlag/Woche:

EZ sind DZ zur Alleinbenutzung p.P. € 130

Wiederholerrabatt: € 50

Bei 2. Buchung im gleichen Jahr (nur gültig für das offene Programm)

ÖFFNUNGSZEITEN

09.05. – 17.10.2026

ANREISE

Flüge nach Korfu vermitteln wir zum aktuellen Tagespreis. (nicht im Preis enthalten)

ANREISETAG

Samstag.

FLUGHAFENTRANSFER

Korfu, ca. 1 Stunde

	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Temperatur °C	14	14	16	20	23	28	30	29	23	18	15	
Sonnenstd./Tag	4	6	6	8	10	12	13	12	10	7	5	5
Wasser °C	14	14	14	15	18	22	24	24	23	21	19	16

PREISE (ohne Flug) pro Person/Woche

Preisgruppen		Nebensaison 09.05. – 23.05.26 03.10. – 17.10.26	Hauptsaison 23.05.-27.06.26 29.08.-03.10.26	Zwischensaison 27.06. – 29.08.26
1	Studio gelbes und teilw. rosa Haus, 1. oder 2. Etage (seitlicher Meerblick)	€ 700	€ 770	€ 750
2	Studio gelbes und rosa Haus, EG / 1. Etage oder 2. Etage (teilw. seitlicher Meerblick, nur in der 1./2. Etage)	€ 660	€ 730	€ 710
3	Studio rosa oder teilw. gelbes Haus Erdgeschoss oder 1. Etage	€ 630	€ 700	€ 680

Das offene Programm

Sind wir präsent und entspannt, können sie auftauchen, die „Magischen Momente“: Beim Anblick des Sternenhimmels, in der Stille einer Meditation und in vielem mehr, ob bei Ausflügen in die Außen- oder Innenwelten – wir laden die magischen Momente in unser Leben ein.

Das offene Meditativ- und Kreativprogramm bietet montags bis freitags im Umfang von 3 bis 4 Stunden täglich Einsteiger/innen und Fortgeschrittenen in entspannter und herzlicher Atmosphäre vielfältige Erfahrungs- und Erprobungsmöglichkeiten und lässt den Gästen die Freiheit, jeden Tag neu zu entscheiden, woran und wie oft sie teilnehmen möchten.

Jede Woche wird das Programm aus einer Auswahl der nebenstehenden Angebote neu zusammengestellt. Wanderungen und besondere Beiträge von Gastdozent/innen setzen zusätzlich interessante Akzente.



Alles inklusiv!



Große Gästezimmer picobello gepflegt und sauber, sowie ein ansprechendes Kreativprogramm. Vegetarisches Essen ist sehr abwechslungsreich. Wenige Minuten von dem glasklaren Wasser der Bucht von Arillas entfernt. Hier bekommt meine Seele Raum !!!

Gästemeinung 2025

OFFENES MEDITATIONS-PROGRAMM

In entspannter Atmosphäre und fern vom Alltag Neues erleben oder Bewährtes in der Gruppe zu praktizieren, Anregungen und Inspirationen mit nach Hause nehmen, sich weiterentwickeln und entfalten – dazu bietet das Meditativ-Angebot im Meditationsraum auf der Dachterrasse den Rahmen, z. B.:

- Stille und Bewegungsmeditationen
- Pilates
- Yoga
- Tai Chi & Qi Gong
- Meditatives Singen
- Mitsing- und Konzerte
- Meditation mit Live-Musik
- Tanzen

OFFENES KREATIV-PROGRAMM

Die eigene Kreativität entdecken, ganz eigene Ausdrucksmöglichkeiten in der Kunst finden – dazu lädt der Kreativ-Garten ein. Der Kreativ-Garten wird monateweise von verschiedenen KünstlerInnen mit unterschiedlichen Schwerpunkten geleitet, z. B.:

- Malen (Acryl, Aquarell, Seide)
- Zeichnen und Skizzieren
- Marmor- und Specksteinbearbeitung
- Land- und Strandart

(Material zum Selbstkostenpreis.)



Beispiel für einen Wochenplan mit offenem Programm

(jede Woche neues wechselndes Programm)

	Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8.00		Mit Tönen und Lieder in den Tag Regine	Yoga auf der Dachterrasse Carla	Meridian-Stretching Samada	Yoga auf der Dachterrasse Carla	Yoga auf der Dachterrasse Carla
11.00	Sonntagsmatinee Heilsames Singen „Schnupperstunde“ für den Workshop Regine	Geführter Prozess „Gefühle“ mit Samada	10:00 Uhr Ausflug nach Dukades Katharina	Workshop Heilsames Singen Regine	Workshop Heilsames Singen Regine	Workshop Heilsames Singen Regine
11.00 13.00		Kreativgarten mit Christine	Kreativgarten mit Christine	Kreativgarten mit Christine	Kreativgarten mit Christine	
18.00	Vorstellung offenes Programm Treffen am Pool	Heart-Dancing Dancing - Heart Daruma und Natascha	Good Vibrations Trommeln Andrea	Tanz der Elemente Dagmar	Osho Kundalini Meditation Vimlan	Herzreise Daruma und Natascha
20.00	Sounds & Vibes Eine Reise mit Klängen Andrea	Mit Lieder und Mantren in die Nacht Regine	Herzreise Daruma und Natascha	Last Minute Trio Livemusik am Pool	ab 18:30 Uhr Basar am Pool	Ausklang im Gesang Regine

Ferien-Seminare

Ihr spezielles Korfu-Erlebnis:

An mindestens fünf Tagen in der Woche von Sonntag bis Freitag – intensiv, aktiv, kreativ, meditativ und inspirativ! Hier können Sie Ihren ganz besonderen Interessen folgen. Lassen Sie sich von den erfahrenen Referenten begeistern und inspirieren und fliegen Sie zufrieden und bereichert nach Hause. Vor oder nach einer Intensiv-Seminarwoche können Sie gerne eine „Erholungs- und Badewoche“ mit offenem Programm buchen.

RELAX & RENEW – URLAUBSWOCHE MIT KUNDALINI YOGA

06.06. – 13.06.2026

Sabine Utz

Loslassen, Entspannen und Kraft tanken - mit vitalisierendem Yoga am Morgen, Meditation und dem Eintauchen in Dein gegenwärtiges Sein. Am Abend gibt es sanftes Abendyoga und Meditationen, die den Geist ruhig werden lassen. Dieser besonders kraftvolle und wunderschöne Ort, lässt zusammen mit der täglichen Yoga- und Meditationspraxis, eine tiefe Verbindung nach Innen zu Dir Selbst entstehen. Geist und Körper erfahren Klärung, tiefe Spannungen können sich lösen und Du kannst Deinen inneren Raum ausdehnen - hin zu Deiner innewohnenden Kraft, Weisheit und Freude.

Kurszeit: ca. 3-4 Std./Tag | MYC 01 | € 1015



BUCHUNGS-INFO

MYC 01: Kein Abendessen inkludiert.

KRAFTVOLL WIE DAS MEER – STILL WIE DER OLIVENHAIN (TAI JI & QI GONG)

20.06. – 27.06.2026

Astrid Brütsch & Donat Curti

Möchtest Du Deine Vitalität erneuern, Dich durch die intensiven Naturkräfte, dank der achtsamen Bewegung und der Beruhigung des Geistes nähren lassen? Durch tägliches Üben von Tai Ji und Qi Gong im Freien wird es Dir möglich, in den Fluss der Lebensenergie einzutauchen und Dich mit dem großen Ganzen zu verbinden. Du erfährst Spannungsausgleich, einen tieferen Atem und lernst allmählich, Dich aus deiner Mitte und mühelos zu bewegen. Wir bieten Impulse, welche Dich auf allen Ebenen des Lebens inspirieren können.



Kurszeit: ca. 3-4 Std./Tag | MYC 02 | € 1100

Nähere Infos sowie weitere Angebote finden Sie unter www.inside-travel.com



Unterbringung der Seminarteilnehmer/innen in den Apartments Hoys mit schönem Garten und Meerblick

COSMIC HEALING BREATH SEMINAR

20.06. – 27.06.2026

Jeannette Krüssenberg

An diesem lichtvollen Kraftort dienen das bewusste Atmen und Cosmic Healing, als Werkzeuge für Heilung, Präsenz und Transformation. Wir lösen emotionale Blockaden und öffnen den Raum für ein tiefes Loslassen und echte Lebendigkeit. Durch Cosmic Healing verbindest du dich mit dem Quantenfeld der Energetik, um auf höhere Bewusstseinsebenen zu gelangen. Du lernst, deinem inneren Wissen zu vertrauen und schaffst Raum für etwas ganz Neues.

Kurszeit: ca. 3 Std./Tag | MYC 03 | € 1105



BUCHUNGS-TIPP

MYC 03: Bei Buchung bis 28.02.2026 erhalten Sie € 40 Rabatt.

BUCHUNGS-INFO

MYC 03: Kein Abendessen inkludiert.

CRANIO SACRALE KÖRPERARBEIT – ACHTSAME BERÜHRUNGSKUNST

27.06. – 04.07.2026

Alea Christine Löwe

In diesem Urlaubsseminar kreieren wir gemeinsam den „heiligen Cranio-Raum“ – den eigenen und den des Menschen, den wir berühren. Die transformierende Energie der Insel bereichert und vertieft diesen Raum. Das glasklare türkisblaue Meer schenkt uns Ruhe und seine weichen Wellen schaukeln und tragen uns und wirken unterstützend und integrierend. Dieses Seminar richtet sich an Cranio-Praktizierende – sowohl an Anfänger als auch Erfahrene.



Kurszeit: ca. 4-4,5 Std./Tag | MYC 04 | € 1085

TANZ DER ELEMENTE – SCHAMANISMUS TRIFFT YOGA

04.07. – 11.07.2026

Anke Richardson

An diesem wunderbaren Stückchen Erde, wo einfaches SEIN so leicht fällt, nehmen wir Kontakt zu den Elementen auf und entdecken in uns selbst die Qualität von Erde, Wasser, Luft und Feuer.



Sanftes (Yin)-Yoga, Körperarbeit und der Tanz unterstützen uns in unserer Wahrnehmung und führen uns in Be-Ja-hung zu unserem Leben und zur Lebensfreude.

Jede und Jeder ist willkommen!

Kurszeit: ca. 4 Std./Tag | MYC 05 | € 1150

INSIDE(R) TIPP

Wir übernehmen auch die Organisation und Abwicklung Ihrer eigenen Seminare.

ASHTANGA YOGA FÜR EINSTEIGER

01.08. – 08.08.2026

Marcell Laudahn

Nimm Dir Zeit für Dich und Deine Yogapraxis und genieße die Schönheit Korfu's. Dein Morgen beginnt mit Meditation, Pranayama und einer Ashtanga Yoga Praxis (geführte Stunde).



Täglich wird ein unterschiedlicher Schwerpunkt gesetzt, um die Idee des Ashtanga zu verdeutlichen. Als Fortgeschrittene/r Übende/r bekommst Du Anregungen für Deine bereits bestehende Praxis und erhältst die Gelegenheit diese auszubauen. Wenn Du Anfänger/-in bist oder bereits Yoga übst, gibt Dir diese Woche die Gelegenheit Ashtanga kennen und lieben zu lernen.

Kurszeit: ca. 2,5-6 Std./Tag | MYC 06 | € 1115

Ferien-Seminare

ASHTANGA YOGA IM MYSORE STYLE

08.08. – 15.08.2026

Marcell Laudahn

Nimm Dir Zeit für Dich und Deine Yogapraxis und genieße die Schönheit Korfu. Dein Morgen beginnt mit Meditation, Pranayama und einer Ashtanga Yoga Praxis (Mysore Style). Eine eigenständige Ashtanga-Yogapraxis wird vorausgesetzt, da im traditionellen Mysore Style praktiziert wird. Hier kann optimal auf die individuellen Bedürfnisse der Teilnehmenden eingegangen werden.



Kurszeit: ca. 2,5-6 Std./Tag | **MYC 07** | €1115

BUCHUNGS-TIPP

MYC 06 & MYC 07 buchen und € 100 sparen.



COSMIC HEALING BREATH SEMINAR

19.09. – 26.09.2026

Jeannette Krüssenberg

An diesem lichtvollen Kraftort dienen das bewusste Atmen und Cosmic Healing, als Werkzeuge für Heilung, Präsenz und Transformation. Wir lösen emotionale Blockaden und öffnen den Raum für ein tiefes Loslassen und echte Lebendigkeit. Durch Cosmic Healing verbindest du dich mit dem Quantenfeld der Energetik, um auf höhere Bewusstseinsebenen zu gelangen. Du lernst, deinem inneren Wissen zu vertrauen und schaffst Raum für etwas ganz Neues.



Kurszeit: ca. 3 Std./Tag | **MYC 08** | € 1105

BUCHUNGS-TIPP

MYC 08: Bei Buchung bis 30.04.2026 erhalten Sie € 40 Rabatt.

BUCHUNGS-INFO

MYC 08: Kein Abendessen inkludiert.

YOGA & HEILSAMES SINGEN – DER EIGENEN LEBENSMELODIE FOLGEN

26.09. – 03.10.2026

Regine Steffens &

Christina

Paffrath-

Hennemann

Ich (Regine) schätze an Christina ihre klare, liebevolle und kompetente Präsenz. Ich (Christina) schätze die heilsame und Verbindung schaffende Wirkung des Singens mit Regine. In diesem Seminar werden wir uns ganzheitlich menschlichen Wachstums-Chancen zuwenden. Wir singen rhythmische, ruhige Lieder und Mantriren aus verschiedenen Kulturen. Mit einem vielfältigen Angebot von Übungen aus dem Vini-Yoga werden Atem und sanft fließende Bewegungen einfühlsam verbunden.



Präsenz. Ich (Christina) schätze die heilsame und Verbindung schaffende Wirkung des Singens mit Regine. In diesem Seminar werden wir uns ganzheitlich menschlichen Wachstums-Chancen zuwenden. Wir singen rhythmische, ruhige Lieder und Mantriren aus verschiedenen Kulturen. Mit einem vielfältigen Angebot von Übungen aus dem Vini-Yoga werden Atem und sanft fließende Bewegungen einfühlsam verbunden.

Kurszeit: ca. 4 Std./Tag | **MYC 09** | € 1215

z.B. 7 Nächte zu zweit im DZ

p.P. ab € 1015

INKLUSIVLEISTUNGEN SEMINARE

- Unterbringung zu zweit im **Studio oder Apartment im Haus Hoys**. Gegen Aufpreis als DZ zur Alleinbenutzung
- Einzelzimmer-Zuschlag/Woche: p.P. € 130 (Studio mit eigenem Bad); p.P. € 90 (Apartment mit geteiltem Bad) EZ sind DZ zur Alleinbenutzung
- Teilnahme am Ferien-Seminar
- Tägliches Frühstücksbüfett und 6x vegetarisches Abendessen (Donnerstag Abend ohne Abendessen)
- MYC 01, MYC 03, MYC 08: nur Frühstück
- Sammeltransfer samstags ab/bis Flughafen Korfu

INSIDE(R) TIPP

Wir übernehmen auch die Organisation und Abwicklung Ihrer eigenen Seminare.

Wichtige Hinweise

Es besteht kein Anspruch auf Präsenz des/der erwähnten Seminarleiters/-leiterin. Diese/r kann auch durch eine/n gleich qualifizierte/n Leiter/in ersetzt werden.

Der/die Teilnehmer/in garantiert, dass er/sie sich in der Lage fühlt an dem teilweise intensiven Gruppenprozessen teilzunehmen und bereit ist, für sich selbst die Verantwortung zu übernehmen. Wir verweisen auch auf Punkt 8 unserer Reisebedingungen.

Mindestteilnehmerzahl: 6 Personen

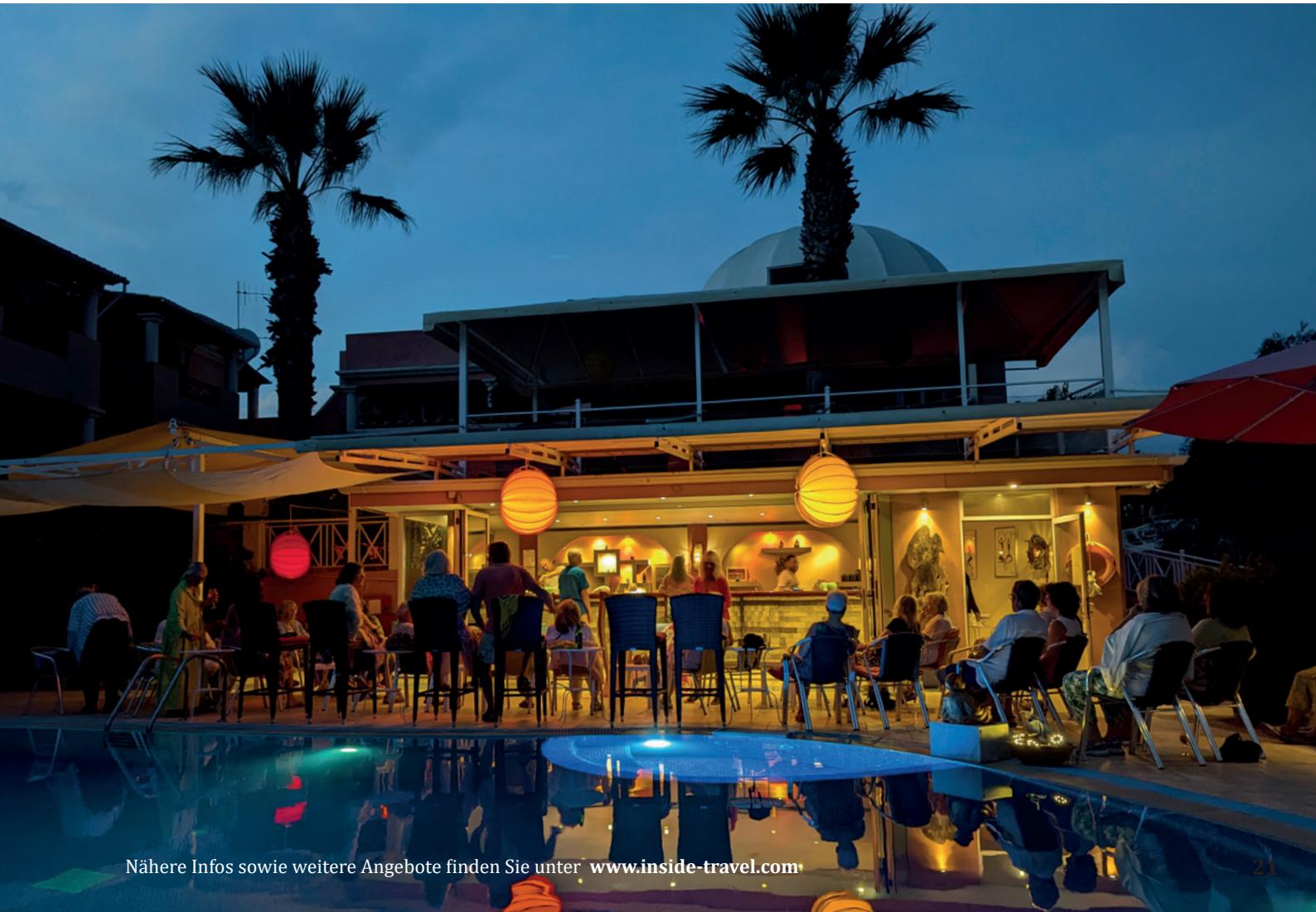
Letzte Rücktrittsmöglichkeit von Inside Travel bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl: 21 Tage vor Reisebeginn. Ungefährre Gruppengröße: 6 bis 30 Teilnehmer (je nach Seminar abhängig).



MYTHOS CORFU Ferien-Seminare 2026

Termine 2026	Kursthema	Referent	Kurs-Nr.	Preis
06.06. – 13.06.	Relax & Renew – Urlaubswoche mit Kundalini Yoga	Sabine Utz	MYC 01	€ 1015 <small>nur Frühstück</small>
20.06. – 27.06.	Kraftvoll wie das Meer – Still wie der Olivenhain (Tai Ji & Qi Gong)	Astrid Brütsch & Donat Curti	MYC 02	€ 1100
20.06. – 27.06.	Cosmic Healing Breath Seminar	Jeannette Krüssenberg	MYC 03	€1105 <small>nur Frühstück</small>
27.06. – 04.07.	Cranio Sacrale Körperarbeit – Achtsame Berührungskunst	Alea Christine Löwe	MYC 04	€ 1085
04.07. – 11.07.	Tanz der Elemente – Schamanismus trifft Yoga	Anke Richardson	MYC 05	€ 1150
01.08. – 08.08.	Ashtanga Yoga für Einsteiger	Marcell Laudahn	MYC 06	€ 1115
08.08. – 15.08.	Ashtanga Yoga im Mysore Style	Marcell Laudahn	MYC 07	€ 1115
19.09. – 26.09.	Cosmic Healing Breath Seminar	Jeannette Krüssenberg	MYC 08	€1105 <small>nur Frühstück</small>
26.09. – 03.10.	Yoga & heilsames Singen – Der eigenen Lebensmelodie folgen	Regine Steffens & Christina Paffrath-Hennemann	MYC 09	€ 1215

Das Frühstück wird im nahegelegenen Cafe „Akrotiri“ - auf dem Grat mit Blick nach Arillas und St. Stefanos – serviert werden, wo auch die Gruppenaktivitäten stattfinden – das Abendessen im „Mythos Corfu“. Entfernung zu Fuß: ca. 20-25 Minuten. Auf Wunsch kann ein kostenloser Shuttleservice zu vereinbarten Zeiten eingerichtet werden.



ZENTRUM PHILOXENIA

Kreta | Griechenland

Direkt am
Meer!

YOGA

WANDERN

KREATIV

MEDITATION

OFFENES PROGRAMM ✓

STRANDNÄHE ✓

AUSFLÜGE & WANDERN ✓

ENTSPANNUNG & MASSAGE ✓

VEGETARISCHE VERPFLEGGUNG ✓

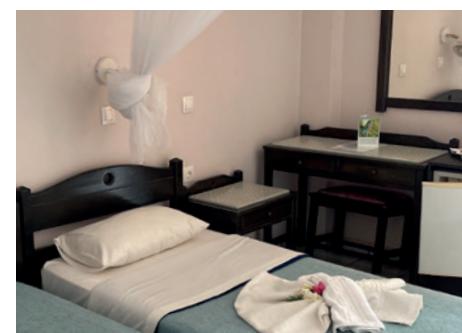
„Ein familiär geführtes Zentrum im Süden von Kreta. Mit diesem wunderbar geführten Meditativ-Aktiv Programm. Ruhe, Meeresrauschen, Wind in den Haaren und Yoga ... Kraft getankt für die neuen Herausforderungen.“

Gästemeinung 2025

Genießen und Entspannen in familiärer Atmosphäre

Wir laden ein in die Souda Bucht bei Plakias, am fast südlichsten Punkt Europas. Wenn die Wellen des Libyschen Meeres die kretischen Gestade küssen, treffen sich hier die Kontinente Europa und Afrika.

In unmittelbarer Umgebung dieser ruhigen Bucht liegt das ZENTRUM PHILOXENIA eingebettet in der imposanten Landschaft der kretischen Südküste. Eine Terrasse über den Weiten des Meeres, eine Grünanlage mit Palmen und farbenprächtigen Bougainvillea, ein schöner Gruppenraum, eine überdachte Fläche für Gruppenangebote, sowie eine Jurte für Massagen und Heilbehandlungen bieten den Rahmen für einen gleichsam erholsamen wie erlebnisreichen Urlaub.



Wir beraten Sie gerne unter +49 (0) 8071-2781



täten sind Bestandteil unseres reichhaltigen Morgenbüffets.

Für das Abendessen zaubern unsere Köche eine vegetarische, mediterrane Vielfalt an Köstlichkeiten.

Das Essen wird gemeinschaftlich an einem großen Tisch auf der Terrasse eingenommen.

UMGEBUNG

In drei Kilometern Entfernung liegt der lebendige Ferienort Plakias mit Cafés, Tavernen, Musik-Bars unter dem Sternenhimmel, Supermärkten und Geschäften. Plakias ist umgeben von urigen Bergdörfern, tiefen Schluchten, imposanten Bergen und einer vielfältigen Küstenlandschaft mit kleinen Sandbuchten, meeressumtosende Felsen und einem paradiesischen Palmenwald als ganz besonderes Ausflugsziel.

WOHNEN

Das Hotel Souda Mare besticht durch seinen familiären und gemütlichen Charakter und die ruhige Lage direkt am Meer. Es fasziniert durch die vielen Pflanzen, welche die Anlage liebevoll umranken und umsäumen. In dem landestypischen Hotel stehen 17 Gästezimmer mit eigenem Bad und WC sowie Balkon oder Terrasse zur Verfügung. **Wenige Minuten vom Hotel entfernt lädt kristallklares Wasser und zwei feine Kiesel-Sand-Strände zum Baden ein.**

ESSEN UND TRINKEN

Das Frühstück wird in der Morgensonne auf der Hotelterrasse eingenommen. Frisch gepresster Orangensaft, eine Vielfalt an einheimischem Obst und Gemüse, kretischer Thymianhonig, selbst gemachte Aufstriche und Marmeladen und viele regionale Speziali-

GEGEN GEBÜHR

- Mittagssnacks und Getränke im Hotel
- Ausflüge mit dem Bus, Boot oder Mietwagen ins unbekannte Kreta
- geführte Extra-Wanderungen/Ausflüge
- Massagen/Behandlungen
- Angebote von externen Anbietern wie Reiten, Wassersport und Tauchen
- zahlreiche Ferien-Seminare

VOR ORT IN BAR ZU ZAHLEN

- Griechische Klimaschutzsteuer: € 2,00 pro Zimmer pro Nacht (Stand 2025)

TIPP FÜR ALLEINREISENDE

Kein EZ-Zuschlag:

31.10. – 07.11.2026

Halber EZ-Zuschlag:

18.04. – 25.04. & 25.04. – 02.05.2026
04.07. – 11.07. & 15.08. – 22.08.2026
22.08. – 29.08.2026

INSIDER TIPP

16.05. – 23.05.2026

Offenes Programm EXTRA mit vor Ort zu buchbaren Ausflügen zu Kraftplätzen.

z.B. 7 Nächte zu zweit im DZ

p.P. ab € 690

INKLUSIVLEISTUNGEN

- *Unterbringung zu zweit im DZ oder EZ (EZ-Zuschlag)*
- *Teilnahme am offenen Programm (an 5 Tagen)*
- *Philoxenia-Frühstücksbuffet*
- *5 x mehrgängiges vegetarisches (auf Wunsch veganes) mediterranes Abendessen (1 x Begrüßungssessen am Anreisetag, 3 x Abendessen im Hotel, 1 x Abendessen in griechischer Taverne)*
- *Obst auf dem Zimmer bei Ankunft*
- *kostenlos kretischer Kräutertee*
- *Sammeltransfer ab/bis Flughafen Heraklion (3 x samstags zu fixen Zeiten)*

Verlängerungswoche: p.P. ab € 610

Einzelzimmer-Zuschlag/Woche: p.P. € 160

EZ sind DZ zur Alleinnutzung.

Zuschlag 1. Stock Meerblick/Zimmer: € 42

ÖFFNUNGSZEITEN

18.04. – 07.11.2026

Offenes Programm:

18.04. – 11.07.2026
15.08. – 29.08.2026
12.09. – 07.11.2026

ANREISE

Flüge nach Heraklion vermitteln wir zum aktuellen Tagespreis. (nicht im Preis enthalten)

ANREISETAG Samstag.

FLUGHAFENTRANSFER

Samstag: Sammeltransfer ab Flughafen Heraklion, Fahrzeit: ca. 1,5 – 2 Stunden

Frühbucherrabatt: 3 %

Bei Buchung bis zum 31.01.2026.

Das offene Programm

Täglich außer samstags lädt das Philoxenia-Team im Rahmen des offenen Programms zu ein bis fünf Veranstaltungen ein. Über eine Teilnahme kann ganz spontan entschieden werden. Besondere Vorkenntnisse oder Fähigkeiten sind nicht erforderlich. Die Freude an entspannten Urlaubsaktivitäten und neuen Impulsen steht im Vordergrund.

Das Programm lädt ein zum Ausprobieren und Experimentieren und schafft die Möglichkeit eines individuellen Urlaubs in einer kleinen Gruppe Gleichgesinnter.



Willst Du mehr über Kreta erfahren?
Dann komme in das Zentrum Philoxenia.
Die Leitung kennt Kreta als wäre es die eigene Heimat und bei den Aktivitäten vom Offenen Programm tauchst Du total in diese wunderbare Insel ein. Sehr zu Empfehlen.

Ganz und gar.
Gästemeinung 2025



	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dzr.
Temperatur °C	16	16	17	20	24	28	29	30	28	25	22	18
Sonnenstd./Tag	4	5	6	8	10	12	13	12	10	7	6	5
Wasser °C	16	15	16	17	19	22	24	25	24	23	21	17

Das Programm wird jede Woche neu erstellt aus folgenden Elementen, z.B.:

- Yoga
- sanfte Körperübungen
- Minisprachkurs Griechisch
- freies Kreativangebot mit Farben und Naturmaterialien
- Griechische Märchen, Mythen und Anekdoten
- Meditationen & Mantrasingen
- Achtsamkeitsübungen
- Entspannung und Phantasiereisen
- eine Halbtageswanderung
- Einführung in die griechischen Tänze



Beispiel für einen Wochenplan mit offenen Programm

(jede Woche neues wechselndes Programm)

	Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
8.00 – 9.00		Yoga	Naturmeditation am Strand	Meridian Stretching	Yoga	Bewegungs-meditation	
8.30 - 10.00	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück
tagsüber	10.00 Vorstellung und Infos zu Hotel, Team und Programm 16.00 Mini-Griechischkurs	10.00 Halbtages-wanderung	Wanderung/Ausflug optional zubuchbar		10.00-12.00 Freies Kreativ-programm	Empfehlung: Mit dem Bus nach Rethymnon	Willkommensessen bei Ankunft
18.00- 19.00	Yoga zum Ankommen	Entspannung & Phantasiereise		Griechischer Tanz	Spirituelle Lieder	Yoga am Abend	
19.30	Abendessen	Abendessen		Abendessen in der Taverne	Abendessen	Abendessen	
Am Abend		Griechische Märchen, Mythen und Fakten		Live Musik und Tanz in der Taverne	Filmabend	Abschiedsabend	

Inspirierende Ferienseminare

Das Zentrum Philoxenia bietet auch einen passenden Rahmen für intensive Seminarangebote als Alternative zum offenen Programm. Hier können Sie Ihren ganz besonderen Interessen folgen. Lassen Sie sich von den erfahrenen Referenten begeistern und inspirieren und reisen Sie erholt, zufrieden und bereichert nach Hause.

YOGA & WANDERN

02.05. – 09.05.2026

Susanne Bousset & Christian Geith

Morgendliches Yoga mit Blick auf die Weiten des Libyschen Meeres, Wandern durch die wilde Bergwelt Kretas und entlang der imposanten Küsten - traditionelle Bergdörfer und tiefe Schluchten. Unter der erfahrenen Leitung von Susanne und Christian erwandern und erleben wir gemeinsam den Zauber und die Kraft dieser Insel. Wir genießen den Ausklang des Tages mit entspannendem Yoga. Eine erlebnisreiche Entdeckungsreise, die uns innerlich wie äußerlich bewegt und inspiriert.

Kurszeit: ca. 2-7 Std./Tag | KRE 01 | € 1100



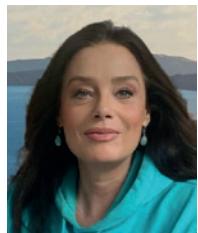
ASTROLOGIE UNTER PALMEN

30.05. – 06.06.2026

Patricia Bohn

Lerne die Grundlagen der Astrologie um dein persönliches Horoskop täglich richtig deuten zu können! In diesem Urlaubsseminar bekommst du die grundlegenden Tools an die Hand, um deine eigene astrologische Radix deuten zu können. Zurück im Alltag kann das Deuten deines eigenen Horoskops oder auch das deiner Familie und Freunde ein hilfreicher Alltagsbegleiter werden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Kurszeit: ca. 4-5 Std./Tag | KRE 03 | € 1220



HATHA- & AUGEN YOGA – SEHKRAFT UND KÖRPER STÄRKEN & ENTSPANNEN

15.08. – 22.08.2026

Martina Hiltl

Einmaliges Hatha- & Augen Yoga Seminar in der Verbindung mit Augen und Körper. Von den Krankenkassen zertifiziert. In einer Woche kannst du deine Immunkraft und Beweglichkeit fördern, deine Hormone ins Gleichgewicht bringen sowie deine Sehstärke verbessern. Mit Herzlichkeit und Verständnis gehe ich auf jeden ein. Hilfreiche Augen, Schulter, Nacken und Rücken Yoga Übungen mit Meerblick inklusive. Für Anfänger und Fortgeschritten geeignet. Ich bin für Dich: zertifizierte Hatha- und Seh- & Augen Yoga Lehrerin auch von den KK und Krankenschwester.



Kurszeit: ca. 3-5 Std./Tag | KRE 05 | € 1120

INSIDE(R) TIPP

Wir übernehmen auch die Organisation und Abwicklung Ihrer eigenen Seminare.

BIODANZA RETREAT: TANZ INS LICHT

09.05. – 16.05.2026

Andreas Müller & Gela Dunecke

Im Tanz erleben wir uns im Kontakt mit unserer Lebendigkeit, Leichtigkeit & Lebensfreude. In einem wohlwollenden Miteinander in der Gemeinschaft und achtsamer Begleitung kannst du eintauchen in eine erholsame und nährende Reise für Dich. Yoga & Morgenmeditation am Strand, täglich eine Biodanza-Einheit, offener und lebendiger Austausch in der Gruppe und freie Zeit für Ausflüge, Genuss und Rückzug ermöglichen Dir die Rückbesinnung auf das Erleben, das einfache Sein, das Wesentliche - im Einklang mit den Elementen und der wundervollen Natur Kretas!



MEDITATIONS-RETREAT: DER WEG DER WIRKLICHKEIT

20.06. – 27.06.2026

Otto Raich

Wir praktizieren Achtsamkeitsmeditation (Vipassana) und Herzmeditation, dazwischen immer wieder Einheiten Inneres Yoga. Die Nachmitten stehen zur freien Verfügung für Sonne, Strand, Meer oder eine Wanderung in den Bergen. Mit fortlaufender Praxis sinken wir in unser Herz, der Verstand kommt zur Ruhe, wir tauchen immer tiefer in die Stille ein. Wenn die Anspannungen des Egos schmelzen, können wir uns ganz dem Leben hingeben, so wie es sich von Moment zu Moment neu zeigt.

Kurszeit: ca. 5 Std./Tag | KRE 04 | € 1100



BUCHUNGS-INFO:

KRE 04: 6x Abendessen inkludiert

RELEASE – RELAX – REBORN – RETREAT

22.08. – 29.08.2026

Sanni Sabine Grillenbeck

Fühlst du dich manchmal erschöpft, festgefahren oder unerfüllt in deinem Leben / aka Beziehungen? In diesem Seminar erlebst du Trance-Tanz, Breath & Bodywork, Voice und Aufstellungsarbeit, Methoden, die dich ins Spüren bringen, Blockaden lösen und neue Lebendigkeit wecken. Du gehst mit mehr Energie, Klarheit und tiefer Verbundenheit mit dir selbst und anderen nach Hause.



Kurszeit: ca. 4-5 Std./Tag | KRE 06 | € 1320

BUCHUNGS-TIPP

KRE 06: Bei Buchung bis 30.04.2026 erhalten Sie € 100 Rabatt.

Ferien-Seminare

DIE LEBENSFREUDE WOCHEN 1

29.08. – 12.09.2026

**Frithjof Krepp &
Eva Gerigk**



Zwei Wochen Seminar Urlaub für die Seele. Zwei Wochen voller Lebensfreude und Lebensenergie durch das Qi Gong der spontanen Bewegungen und Matrix Reimprinting, Tanzen und Meditation. Wir verbinden uns mit dem Qi der Erde, der Magie des nächtlichen Sternenhimmels, tauchen ein in die Natur der Südküste Kretas und in das Tiefblau des Meeres.

Voraussetzung zum Besuch der beiden Wochen ist der Besuch eines Matrix Reimprinting Kurses, dessen Techniken in den beiden Wochen durch das Praktizieren unter der Anleitung von Eva vertieft werden.

Kurszeit: ca. 4 Std./Tag | KRE 07 | € 1895

BUCHUNGS-INFO

KRE 07: 3x Abendessen pro Woche inkludiert.

DIE LEBENSFREUDE WOCHE 2

19.09. – 26.09.2026

**Frithjof Krepp &
Eva Gerigk**



Ein Seminar Urlaub für die Seele. Eine Woche voller Lebensfreude und Lebensenergie durch das Qi Gong der spontanen Bewegungen, durch Meridianklopftechniken, Tanzen und Meditation. Wir verbinden uns mit dem Qi der Erde, der Magie des nächtlichen Sternenhimmels, tauchen ein in die Natur der Südküste Kretas und in das Tiefblau des Meeres. Dazu gibt es, wie immer, viel Zeit für Sonne, Strand, gutes und gesundes Essen, besondere Begegnungen mit netten, offenen Menschen ...

Kurszeit: ca. 4 Std./Tag | KRE 08 | € 1080

BUCHUNGS-INFO

KRE 08: 3x Abendessen inkludiert.

YOGA MIT SINGEN & TANZEN

03.10. – 10.10.2026

Renate Luz



Zum Klang der Wellen tauchen wir ein in den Ort der Kraft mit Hatha Yoga! Tiefenentspannungen, Atemtraining und ein sanfter, aufbauender Übungsteil steigern das körperliche Wohlbefinden. Wir eröffnen den Tag mit dem Sonnengruß oder einer Morgen-meditation am Meer. Vormittags ziehen wir uns für eine Stunde mit freien Angeboten wie Yoga Nidra und Tanz in den schönen, geschützten Raum zurück. Die Yogaeinheit vor dem Abendessen rundet mit Singen spiritueller Lieder aus aller Welt und Anregungen zur Meditation den Tag ab. Öffnen wir kreative Wege, miteinander in Freude zu sein!

Kurszeit: ca. 4-5 Std./Tag | KRE 09 | € 955

YOGA- & MEDITATIONS-RETREAT

10.10. – 17.10.2026

Silvia Linden



Ruhe finden – loslassen – Kraft tanken - Nichts mehr sollen, nichts mehr wollen, einfach SEIN! Erhole dich und finde zu Dir an Kretas Südküste mit Yoga, Klangbegleitung, Meditation und Tanz. Lasse dich inspirieren von der wunderbaren Natur in der Souda-Bucht, um eine Auszeit zu genießen. Einfach SEIN im Atem, in der Bewegung, in der Natur und im Verweilen der Zeit. In diesen Yogaferien erwartet dich eine Balance aus Achtsamkeit, Freude und Bewusstheit. Wanderungen zu Sehenswürdigkeiten und genügend freie Zeit runden das Seminar ab.

Kurszeit: ca. 4-6 Std./Tag | KRE 10 | € 1170

z.B. 7 Nächte zu zweit im DZ

p.P. ab € 955

INKLUSIVLEISTUNGEN SEMINARE

- Unterbringung zu zweit im DZ oder EZ (EZ-Zuschlag)
- Philoxenia-Frühstücksbüfett
- 5 x mehrgängiges vegetarisches (auf Wunsch veganes) mediterrane Abendessen (1 x Begrüßungssessen am Anreisetag, 3 x Abendessen im Hotel, 1 x Abendessen in griechischer Taverne)
- KRE 04: 6x Abendessen
- KRE 07 & KRE 08: 3x Abendessen/Woche
- Obst auf dem Zimmer bei Ankunft
- kostenlos kretischer Kräutertee
- Sammeltransfer ab/bis Flughafen Heraklion (3 x samstags zu fixen Zeiten)

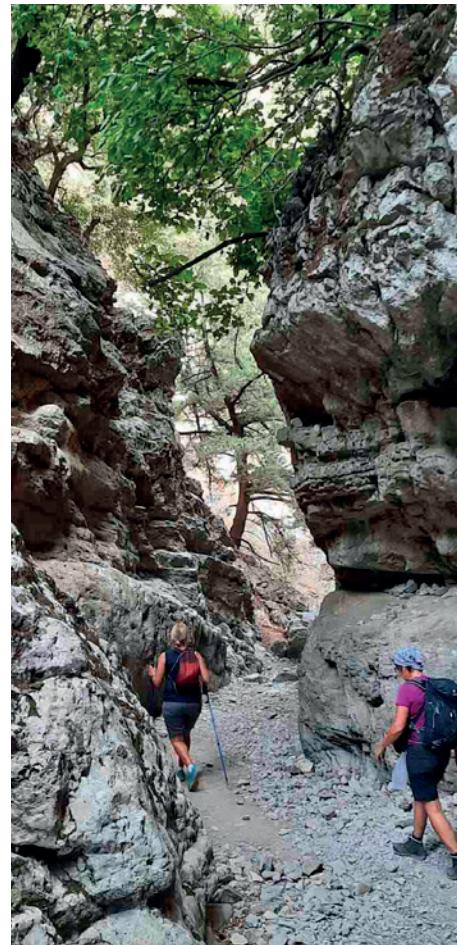
Verlängerungswoche: p.P. ab € 610

Einzelzimmer-Zuschlag/Woche: p.P. € 160 (EZ sind DZ zur Alleinnutzung).

Zuschlag 1. Stock Meerblick/Zimmer: € 42

FRÜHBUCHERRABATT: 3 %

Bei Buchungen bis zum 31.01.2026.



YOGA & WANDERN

24.10. – 31.10. & 31.10. – 07.11.2026

**Susanne Bousset &
Christian Geith**



Morgendliches Yoga mit Blick auf die Weiten des Libyschen Meeres, Wandern durch die wilde Bergwelt Kretas und entlang der imposanten Küsten - traditionelle Bergdörfer und tiefe Schluchten. Unter der erfahrenen Leitung von Susanne und Christian erwandern und erleben wir gemeinsam den Zauber und die Kraft dieser Insel. Wir genießen den Ausklang des Tages mit entspannendem Yoga. Eine erlebnisreiche Entdeckungsreise, die uns innerlich wie äußerlich bewegt und inspiriert.

Kurszeit: ca. 2-7 Std./Tag | KRE 12 & 13 | € 1100

BUCHUNGS-TIPP

KRE 12 & KRE 13 buchen und € 100 sparen.

ZENTRUM PHILOXENIA Ferien-Seminare 2026

Termine 2026	Kursthema	Referent	Kurs-Nr.	Preis
02.05. – 09.05.	Yoga & Wandern	Susanne Bousset & Christian Geith	KRE 01	€ 1100
09.05. – 16.05.	Biodanza-Retreat: Tanz ins Licht	Andreas Müller & Gela Dunecke	KRE 02	€ 1120
30.05. – 06.06.	Astrologie unter Palmen	Patricia Bohn	KRE 03	€ 1220
20.06. – 27.06.	Meditations-Retreat: Der Weg der Wirklichkeit	Otto Raich	KRE 04	€ 1100
15.08. – 22.08.	Hatha- & Augen Yoga – Sehkraft und Körper stärken & entspannen	Martina Hiltl	KRE 05	€ 1120
22.08. – 29.08.	RElease – RELax – REborn – Retreat	Sanni Sabine Grillenbeck	KRE 06	€ 1320
29.08. – 12.09.	Die Lebensfreude Wochen 1	Frithjof Krepp & Eva Gerigk	KRE 07	€ 1895
19.09. – 26.09.	Die Lebensfreude Woche 2	Frithjof Krepp & Eva Gerigk	KRE 08	€ 1080
03.10. – 10.10.	Yoga mit Singen & Tanzen	Renate Luz	KRE 09	€ 955
10.10. – 17.10.	Yoga- & Meditations-Retreat	Silvia Linden	KRE 10	€ 1170
17.10. – 24.10.	Biodanza-Retreat: Tanz in der Fülle	Andreas Müller & Gela Dunecke	KRE 11	€ 1120
24.10. – 31.10.	Yoga & Wandern	Susanne Bousset & Christian Geith	KRE 12	€ 1100
31.10. – 07.11.	Yoga & Wandern	Susanne Bousset & Christian Geith	KRE 13	€ 1100

Wichtige Hinweise

Es besteht kein Anspruch auf Präsenz des/der erwähnten Seminarleiters/-leiterin. Diese/r kann auch durch eine/n gleich qualifizierte/n Leiter/in ersetzt werden.
 Der/die Teilnehmer/in garantiert, dass er/sie sich in der Lage fühlt an dem teilweise intensiven Gruppenprozessen teilzunehmen und bereit ist, für sich selbst die Verantwortung zu übernehmen. Wir verweisen auch auf Punkt 8 unserer Reisebedingungen. Mindestteilnehmerzahl: 6 Personen
 Letzte Rücktrittsmöglichkeit von Inside Travel bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl: 21 Tage vor Reisebeginn.
 Ungefährre Gruppengröße: 4 bis 25 Teilnehmer (je nach Seminar abhängig).





SOAK – SOMMERAKADEMIE

Zakynthos | Griechenland

KREATIV

MEDITATION

OFFENES PROGRAMM ✓

STRANDNÄHE ✓

SPORTANGEBOTE ✓

KINDER- & JUGENDPROGRAMM ✓

„Die Kreativität spürbar im ganzen SOAK Gelände. Die Kursleitung hat Kunstakademie Charakter und die gemütlichen Abende bei Gesang und Wein lässt die SOAK Gemeinschaft noch intensiver werden. Die Finissage der krönende Abschluss Deiner Woche und die Nähe zum Meer. Einfach TOP“

Gästemeinung 2025

Vielseitiges
Kurs-
angebot!

Kreative Leichtigkeit des Seins

Die Sommerakademie Griechenland auf der südlichsten Ionischen Insel Zakynthos ist schon seit über 30 Jahren Trendsetter im Bereich des Kreativurlaubs. Ihr einzigartiges offenes Kurssystem mit bis zu 22 Workshopangeboten pro Tag garantiert erholsame Potenzialentfaltung in naturbelassener, paradiesischer Umgebung.

Wir senden Ihnen gerne den ausführlichen Spezialkatalog.





UMGEBUNG

Zakynthos ist die südlichste der Ionischen Inseln. Üppige, immergrüne Vegetation und blaues Meer soweit das Auge reicht. Die Sommerakademie Griechenland findet in dem kleinen Dorf Vasilikos (300 Einwohner) statt. Urige Tavernen, nette Bars, Yannis Coffee House und vier gut sortierte Mini-Markets.

WOHNEN

2- bis 4-Bett-Studios, unterschiedliche Preis- und Ausstattungskategorien, in verschiedenen Villen verteilt in Vasilikos. Villen und Kursplätze sind bequem untereinander in wenigen Gehminuten erreichbar. Grundsätzlich alle Zimmer ausgestattet mit Dusche, WC, Terrasse oder Balkon, Kochnische mit Kühlschrank, teilweise mit Meerblick.

ENTSPANNEN

Lage direkt an einem ca. 1 km langen, flach in kristallklares Meer abfallenden Sandstrand. Liegen teils gegen Gebühr.

ESSEN UND TRINKEN

(nicht inklusive)
Zahlreiche griechische Tavernen und Bars in Gehdistanz. Frühstück in Yannis Coffee House.

PREISE (ohne Flug) pro Person/Woche

Preisgruppen und Zimmer-Kategorien		
A	z.B. Studio Ionio	ab € 657
B	z.B. Villa Nikos / Villa Levante	ab € 737
C	z.B. Villa Artina	ab € 787

Für Kinder gelten, je nach Alter ermäßigte Preise.

KREATIVITÄT ALL INCLUSIVE

Täglich ein Programm von bis zu 22 frei wähl- und kombinierbaren Kursen für Einsteiger, Anfänger und Fortgeschrittene. Die meisten Kursmaterialien und Instrumente sind im Pauschalpreis inklusive.

KINDER-/JUGENDPROGRAMM

Im Juli und August wird ein umfangreiches Kinder- und Jugendprogramm für Kinder von 3 bis 16 Jahren angeboten.

KURSANGEBOTE

Umfangreiches, frei kombinierbares Kursprogramm an 5 Tagen in der Woche, z.B.

- Malerei
- Schmuckgestaltung
- Körperharmonie
- Philosophie
- Fotografie
- Zeichnen
- Land-Art/ Bodypainting
- Tanz/Musik
- Kreatives Schreiben
- Sport/Bewegung
- Bildhauerei
- Keramik
- Meeresbiologie
- Griechisch
- Bogenschießen
- Singen
- Kinderzirkus
- Theater

Ausführlicher Spezialkatalog auf Anfrage.

SINGLEWOCHE 2026:

Ermäßiger EZ-Zuschlag zu bestimmten Terminen.

z.B. 7 Nächte zu zweit im DZ

p.P. ab € 657

INKLUSIVLEISTUNGEN

- Unterbringung zu zweit im DZ oder EZ (EZ-Zuschlag)
- Teilnahme am Kursprogramm (Kursmaterial großteils inkludiert)

Verlängerungswoche: p.P. ab € 577

Einzelzimmer-Zuschlag/Woche: p.P. ab € 181
EZ sind DZ zur Alleinnutzung.

ÖFFNUNGSZEITEN

22.05. – 02.10.2026

ANREISE

Flüge nach Zakynthos vermitteln wir zum aktuellen Tagespreis. (nicht im Preis enthalten)

ANREISETAG

Freitag.

FLUGHAFENTRANSFER

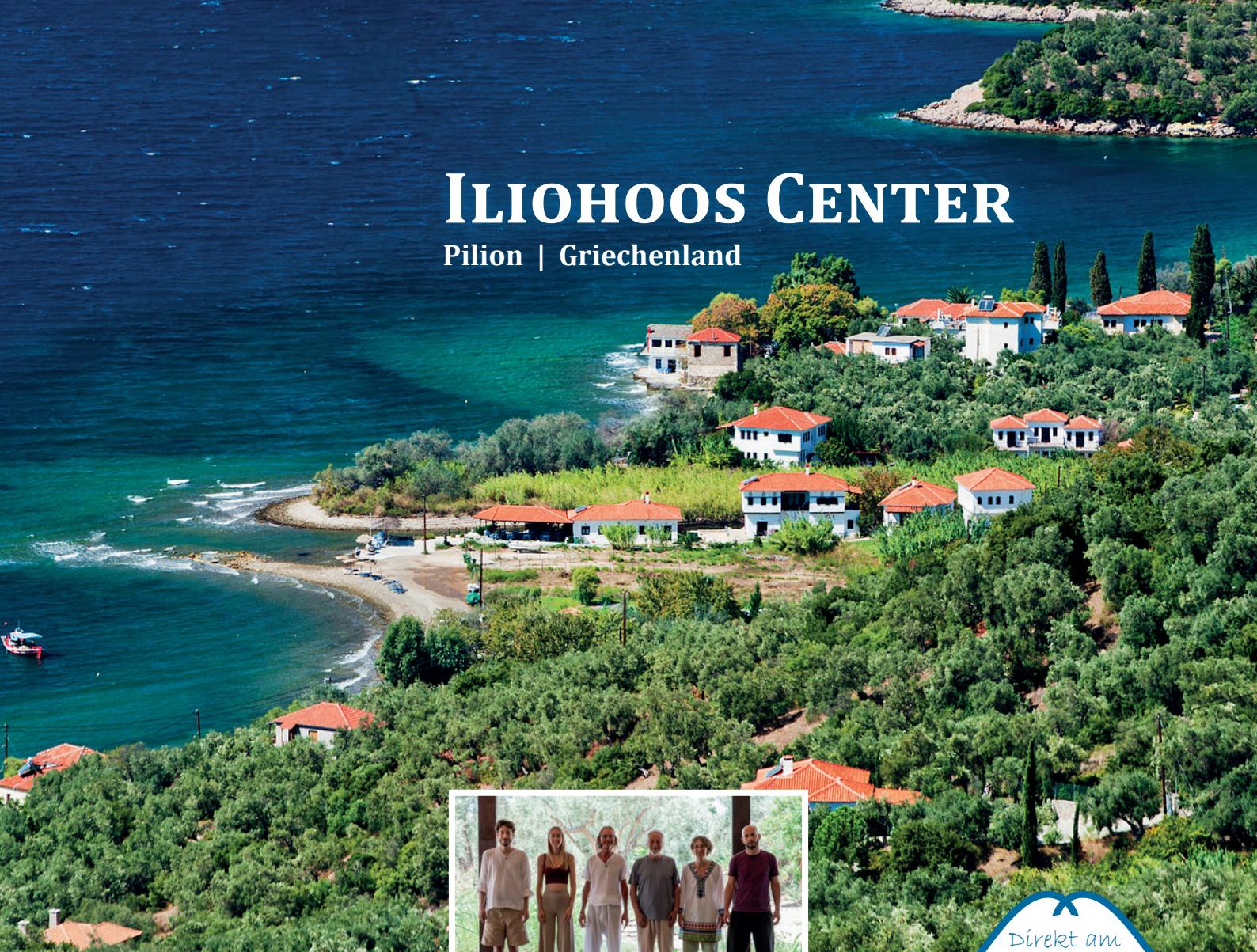
Zakynthos, ca. 20 Minuten

	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Temperatur °C	14	14	16	20	23	28	29	30	29	23	19	15
Sonnenstd./Tag	4	6	6	8	10	12	13	12	10	7	5	5
Wasser °C	14	14	14	15	18	22	24	24	23	21	19	16



ILIOHOOS CENTER

Pilion | Griechenland



Direkt am
Meer!

QIGONG

YOGA

MEDITATION

STRANDNÄHE ✓

AUSFLÜGLE & WANDERN ✓

ENTSPANNUNG & MASSAGE ✓

Angekommen und gleich mich in diesen Ort „verliebt“! Das wunderbare meditative Qigong von Jorgos, die ursprüngliche familiäre Atmosphäre und Betreuung, die liebevoll geführten Wanderungen durch wilde Natur und das stille „Da Sein“ haben mein Herz berührt.

Gästemeinung 2025

Qi Gong & Yoga zur Revitalisierung

Lernen Sie die Schönheit der grünen Halbinsel Pilion abseits der touristischen Pfade kennen und praktizieren Sie zwei Wochen intensiv Qi Gong oder Yoga in einer herrlichen Umgebung. Zusammen mit dem renommierten Qi Gong Lehrer Dr. Jorgos Pappas und dem Yoga Lehrer Basu kommen Sie zu einer neuen inneren Harmonie und aktivieren Ihre Kräfte zur Selbstheilung.





UMGEBUNG

Der Pilion ist eine Halbinsel mit üppig wuchernder Vegetation, kleinen Dörfern und lauschigen Buchten. Das Seminarhaus Ilio-hoos liegt am Ortsende des kleinen Fischerdorfs Kalamos. Im Ort finden sich Cafés und Tavernen. Entfernung nach Volos 40 km, nach Argalasti 6 km (ca. 45 Min. Fußweg).

WOHNEN

Sie wohnen entweder in einem Zimmer im Haupthaus oder in einem der großzügigen Apartments, die sich im Umkreis von 1 bis 3 Gehminuten befinden. Alle Unterkünfte verfügen über Balkon oder Terrasse, Dusche/WC, Fernseher und Kühlschrank, zumeist mit Meerblick. WLAN-Empfang gibt es beim Restaurant. Zur Anlage gehören auch eine Taverne und der Seminarraum.

ESSEN UND TRINKEN

Das Frühstücksbüfett und das griechische Abendessen werden auf der Terrasse direkt am Strand oder im Restaurant serviert. Die Lebensmittel stammen überwiegend aus lokalem Anbau. Es gibt hausgemachtes Olivenöl, Honig, Marmeladen, Gemüse und Früchte.

GEGEN GEBÜHR

- Tagesausflüge (4x geführte Wanderung).
- Massagen (Thaimassage, Shiatsu).
- Griechische Tanzabende

ENTSPANNEN

Direkt unterhalb des Hotels liegt ein Kiesel-/Sandstrand mit klarem, ruhigem Wasser. Die

schattige Terrasse lädt ein zum Verweilen und Entspannen.

- **Qigong (Taiji-Qigong):** Leichte Körper- und Atemübungen im Stil des Taiji-Qigong, Seidenraupeübung, Qigongbauchmassage, taoistische Entspannung (Hso Wan), Verschmelzung der 5 Elemente, die fundamentale Übung, kleiner himmlischer Energiekreislauf; Meridianlehre, Yin-Yang-Lehre.
- **Qigong (Hui Chun Gong):** Die 10 einfachen Bewegungen zur Verjüngung und Langlebigkeit (Hui Chun Gong), Qigong-körpermassage, die Verschmelzung der 5 Elemente, das Illuminieren des Körpers, taoistische Weisheiten.
- **Yoga (Hatha Yoga Meditation):** Hatha-Yoga, Asanas, Pranayama, Meditation, Surya Namaskara, Entspannung, Reinigung, Nidra-Yoga;
- **Yoga (Kriya Hatha Yoga, Lange Meditation):** Kriya-Hatha-Yoga, Asanas, Pranayama, longer performance meditations, Surya Namaskara, Entspannung, Nidra-Yoga, Vorträge über Yoga
- **Yoga und Qigong (Hatha Yoga,Taiji-Qigong, Meditation):** Hatha-Yoga, Asanas, Pranayama, Meditation, Taiji-Qigong, Entspannung, Reinigung, Nidra-Yoga, Vorträge über Yoga

Hinweis: Für keines der obenstehenden Programme sind Vorkenntnisse nötig. Geeignet für Anfänger und Leute mit Erfahrung in Qigong oder Yoga.

- **Tao Retreat:** Taiji-Qigong, Hui Chun Gong, Die Seidenraupebewegung, Stehende Meditation (Zhang Zhuang), Taoistische Gehende Meditation, die Verschmelzung der 5 Elemente, großer himmlischer Energiekreislauf, Die Übung in dem Olivenhain, Das Illuminieren des Körpers, Der Zustand des Nichts.

Kriya Yoga Retreat: Kriya Yoga (Meditation auf die 7 Chakras), Achtsamkeitsmeditation, Yoga Nidra, Hatha Yoga, Der Sonnengruß, Pranayama, Mantras und Bhajans (traditionelle spirituelle Lieder).

z.B. 7 Nächte zu zweit im DZ

p.P. ab € 940

- Unterbringung zu zweit im DZ oder EZ (EZ-Zuschlag)
- Frühstücksbüfett
- 5 x griechisches Abendessen (Büfett) (2-wöchige Seminare: 9 x Abendessen inkludiert)
- Qigong/Yoga-Programm: 5-mal Morgen- (1 Std.) und Vormittagsübungen (2 Std.) sowie 4-mal Abendmeditationen (1,5 Std.)
- Jia-ke-Hara-Programm: 5-mal leichte Atem- und Körperübungen nach dem Frühstück(2 Std.), 4-mal Abendmeditationen, Entspannungsübungen und Selbstmassage(1,5 Std.), 1-mal griechischer Tanz
- Sammeltransfer ab/bis Flughafen Thessaloniki bei Ankunft bis 16:00 Uhr und bei Abflug ab 11:00 Uhr.

Einzelzimmer-Zuschlag:

für 1 Woche p.P. € 160,-; für 2 Wochen € 310,- Zuschlag Zimmer zur Meerseite:

für 1 Woche p. Z. € 30,-; für 2 Wochen € 60,-

Touristensteuer ist im Packtpreis inkludiert.

ÖFFNUNGSZEITEN

02.05. – 11.07.2026 & 29.08. – 24.10.2026

ANREISE

Flüge nach Thessaloniki vermitteln wir zum aktuellen Tagespreis. (nicht im Preis enthalten)

ANREISETAG

Samstag.

FLUGHAFENTRANSFER

Thessaloniki: ca. 3,5 Stunden

ALLGEMEINE INFOS

Ungefährre Gruppengröße: 4-18 Teilnehmer.

	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Temperatur °C	13	14	15	20	23	27	28	29	26	22	18	15
Sonnenstd./Tag	4	6	6	8	10	12	13	12	10	7	5	5
Wasser °C	14	14	14	16	19	22	23	24	24	22	15	15

APHRODITE BEACH HOTEL

Zypern



Yogaurlaub direkt am Meer – an Aphrodite's Goldstrand

YOGA

MEDITATION

QI GONG

KREATIV

OFFENES PROGRAMM ✓

DIREKT AM MEER ✓

AUSFLÜGLE & WANDERN ✓

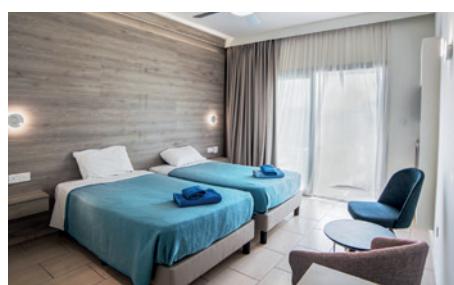
ENTSPANNUNG & MASSAGE ✓

WASSERSPORT ✓

Die Herzlichkeit und
Freundlichkeit der Gastgeber
und des Personals, das
Eingehen auf individuelle
Wünsche, der natur-
verbundene, sanfte Tourismus,
einschließlich der Lage.
Welcome Home

Gästemeinung 2025

Auf der „Insel der Liebe“ erwartet Dich ein Ort voller Sonne, Kultur und Lebensfreude. Mit über 300 Sonnentagen im Jahr, sanften Wellen und einer über 10.000 Jahre alten Geschichte ist Zypern ein Platz zum Aufatmen, Ankommen und Dich-selbst-Finden. Spüre die besondere Energie der Akamas-Halbinsel – ein Paradies für Wanderungen und Naturerlebnisse. Die Weite des Meeres, goldene Strände und die herzliche Gastfreundschaft der Zyprioten schenken Dir Leichtigkeit und neue Kraft. Ganz im Sinne unserer Philosophie bietet das familiengeführte Hotel ein **Offenes Programm** für Körper, Geist und Seele.



Wir beraten Sie gerne unter **+49 (0) 8071-2781**



UMGEBUNG

Abseits des Trubels liegt das **Aphrodite Beach Hotel** direkt an einem der saubersten Strände Zyperns – mit kristallklarem Wasser und weitem Blick über das Meer. Gregoria, die Hotellerie in der Schweiz gelernt hat, ihre Familie und das gesamte Team schaffen eine warme, herzliche Atmosphäre, in der Du Dich sofort willkommen fühlen kannst. Internationale Gäste, Wandergruppen und Yogareisende genießen hier das familiäre Miteinander und den liebevollen Komfort.

Das angrenzende **Naturschutzgebiet Akamas** mit seiner Mischung aus Bergen und Meer macht diesen Ort zu einem wahren Kraftplatz – einst schon Rückzugsort der Göttin Aphrodite und ihres Liebhabers Adonis. Ein idealer Ort für alle, die Ruhe, Natur, Gemeinschaft und das Besondere suchen.

WOHNEN

Dich erwarten 96 komfortable, gemütliche und helle Zimmer – alle mit Dusche, WC, Balkon oder Terrasse, viele mit seitlichem Blick auf das Meer. Jedes Zimmer ist klimatisiert (kühlen & heizen) und bietet viel Raum zum Wohlfühlen. Im offenen Eingangsbereich findest Du Rezeption, Bar, Kamin und eine gemütliche „Chill-Lounge“. WLAN steht im gesamten Hotel zur Verfügung.

ESSEN UND TRINKEN

Die Mahlzeiten werden – wann immer möglich – auf der Terrasse serviert, mit Blick auf das türkisfarbene Meer oder das zauberhafte Farbenspiel im Abendhimmel des Sonnenuntergangs.

Für unsere Gäste des Offenen Programms ist ein Tisch reserviert. Die frisch zubereiteten, meist zypriotischen Gerichte bieten ein abwechslungsreiches Buffet mit köstlichen Speisen für Vegetarier, Fleisch- und Fischliebhaber.

GEGEN GEBÜHR (vor Ort zubuchbar:)

- Massagen, Reiki & Energearbeit, EFT (Emotional Freedom Technique)
- Ausflüge, z. B. Bootstouren & Schwimmen in der Blauen Lagune
- Sportangebote über Partner: Fahrrad- & Bootsverleih, Segeln, Windsurfen, Paragleiter, Tauchen, Standup-Paddle, Kajak & mehr
- Geführte Tagesausflüge: Land & Leute, Paphos & Umgebung

TIPP FÜR ALLEINREISENDE

Halber EZ-Zuschlag:

15.03. – 31.03.2026 & 01.11. – 08.11.2026
(nur gültig für das offene Programm)



z.B. 7 Nächte zu zweit im DZ

p.P. ab € 750

INKLUSIVLEISTUNGEN

- Unterbringung zu zweit im komfortablen DZ oder EZ (EZ-Zuschlag)
- Teilnahme am offenen Programm (an 5 Tagen, je 3-6 Std.)
- Halbpension (Frühstück- & 3-gängiges-Abendessen)
- Sammeltransfer sonntags ab/bis Flughafen Paphos

Verlängerungswoche: p.P. ab € 660

Einzelzimmer-Zuschlag/Woche: p.P. € 185
EZ sind DZ zur Alleinnutzung.

Frühbucherrabatt: 3 %

Bei Buchung bis zum 31.01.2026.

SAISONZEITEN OFFENES PROGRAMM

15.03. – 28.06.2026 & 30.08. – 08.11.2026

ANREISE

Flüge nach Paphos oder Larnaca vermitteln wir zum aktuellen Tagespreis (nicht im Preis enthalten).

ANREISETAG

Sonntag (auf Wunsch auch zu anderen Tagen möglich).

FLUGHAFENTRANSFER

Paphos: ca. 1 Stunde – sonntags im Preis vom Offenen Programm enthalten (an allen anderen Tagen gegen Gebühr – ab 2 Personen inklusive)

Larnaca: ca. 2 Stunden – gegen Gebühr (ab 4 Personen inklusive)

PREISE (ohne Flug) pro Person/Woche	Frühjahrs-Saison 15.03. – 28.06.2026	Herbst-Saison 30.08. – 08.11.2026
Grundpreis 1. Woche	€ 750	€ 780
Verlängerungswoche	€ 660	€ 690

	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Temperatur °C	17	17	19	23	28	30	33	33	31	26	22	19
Sonnenstd./Tag	6	7	7	9	11	13	12	12	10	9	7	6
Wasser °C	16	15	16	18	22	23	24	24	26	25	20	16

Offenes Programm

Deine Reise zu Dir selbst – mit Inspiration, Bewegung und Achtsamkeit.

Erlebe Neues oder vertiefe, was Du schon kennst. Das Programm umfasst 5 Tage mit 3–6 Stunden täglichen Aktivitäten zu wechselnden Zeiten.

Freu Dich auf Yoga, Meditation, Kreativität, Spaziergänge und kleine Rituale, die Dich in Deine Mitte bringen.

Alles kann,
nichts
muss.



Jede Woche entsteht ein neues, liebevoll abgestimmtes Programm – zum Beispiel:

- Yoga (5x pro Woche)
- Qi Gong für Einsteiger & Fortgeschrittene
- Visionsreisen
- Yoga Nidra
- Stille- & Bewegungsmeditation
- 5 Rhythmen Tanz
- Kreatives Malen auf Papier & Steinen
- Geführte Wanderung ins Akamasgebirge oder in umliegende Ortschaften
- Lagerfeuer am Strand mit Liedern, Gedichten & Ritualen



Beispiel für einen Wochenplan mit offenem Programm (jede Woche neues wechselndes Programm)

	Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
morgens		GUTEN MORGEN YOGA	GUTEN MORGEN YOGA	QI GONG		GUTEN MORGEN YOGA	
vormittags		VISIONSFINDUNG IN DER NATUR (Antworten in dir und in der Natur finden)	GEMÜTLICHER SPAZIERGANG NACH POLIS (am Meer entlang ca. 4 km)	BOOTSTOUR ZUR BLAUEN LAGUNE (kristallklares Wasser und tolle Ausblicke)	WANDERUNG ins Akamas-Gebirge (ca. 10 km) anschl. Einkehr in ein Restaurant	ENTDECKE DEINE KREATIVITÄT (Malen auf Papier und Stein)	
nachmittags		HERZCHAKRA-BEWEGUNGSMEDITATION (Verbinde dich mit dir und Deinem Herzen)	REISE ZUM INNEREN FRIEDEN (Yoga Nidra für Körper und Geist)	LOSLASSEN, ENTSPANNEN & REGENERIEREN (Bewußte Atmung, sanftes Yoga und Meditation)	GUTEN ABEND YOGA		
abends	GEMEINSAMES ABENDESSEN (Zum Kennenlernen & Infos für deinen Aufenthalt)					BESINNLICHES LAGERFEUER (Altes loslassen, Neues willkommen heißen)	

Ferien-Seminare

Ihr spezielles Zypern-Erlebnis:

An mindestens fünf Tagen in der Woche – intensiv, aktiv, kreativ, meditativ und inspirativ! Hier können Sie Ihren ganz besonderen Interessen folgen. Lassen Sie sich von den erfahrenen Referenten begeistern und inspirieren und fliegen Sie zufrieden und bereichert nach Hause. Vor oder nach einer Intensiv-Seminarwoche können Sie gerne eine „Erholungs- und Badewoche“ mit offenem Programm buchen.



YOGA & MEER – DEINE AUSZEIT AUF ZYPERN

09.04. – 16.04.2026

Rosa Catalano



Erlebe eine Woche voller Sonne, Yoga und der Energie von Aphrodite in einem wundervollen Ort der Ruhe und Schönheit. Wir beginnen den Tag mit Yoga im Einklang mit der aufgehenden Sonne – eine Einladung, sanft im Körper anzukommen und die Energie des Tages bewusst aufzunehmen. Die Morgenpraxis variiert zwischen fließendem Vinyasa, energetisierenden Kryas und meditativen Elementen. Am Abend lassen wir den Tag mit einer wohltuenden Yogastunde ausklingen, angepasst an die Bedürfnisse der Gruppe – mal sanft und regenerierend, mal mit tiefer Dehnung oder Meditation.

Kurszeit: ca. 4 Std./Tag | ZYP 01 | € 1140

YOGA & MEER – DEINE AUSZEIT AUF ZYPERN

16.04. – 23.04.2026

Rosa Catalano



Erlebe eine Woche voller Sonne, Yoga und der Energie von Aphrodite in einem wundervollen Ort der Ruhe und Schönheit. Wir beginnen den Tag mit Yoga im Einklang mit der aufgehenden Sonne – eine Einladung, sanft im Körper anzukommen und die Energie des Tages bewusst aufzunehmen. Die Morgenpraxis variiert zwischen fließendem Vinyasa, energetisierenden Kryas und meditativen Elementen. Am Abend lassen wir den Tag mit einer wohltuenden Yogastunde ausklingen, angepasst an die Bedürfnisse der Gruppe – mal sanft und regenerierend, mal mit tiefer Dehnung oder Meditation.

Kurszeit: ca. 4 Std./Tag | ZYP 02 | € 1140

FELDENKRAIS-WOCHE

19.04. – 26.04.2026

Ute Birk



Möchtest du Dir Deine Beweglichkeit zurückerobern und Leichtigkeit und Geschmeidigkeit entwickeln? Feldenkrais Lektionen werden ohne Anstrengung, mit ruhigen, achtsamen Bewegungen ausgeführt. Du schulst deine Wahrnehmung für Dich selbst und erlernst neue Möglichkeiten. Verspannungen lösen sich, und deine Flexibilität, Ausdrucksfähigkeit und Kraft verbessern sich. Es bleibt auch genug Zeit, um das Land der Aphrodite, Sonne, Meer und Strand zu genießen.

Kurszeit: ca. 3-4 Std./Tag | ZYP 03 | € 940

YOGA URLAUB AUF ZYPERN

23.05. – 30.05.2026

Erica Zehentner



Genieße Sonne, Strand und Meer, während du deine Praxis vertiefst neue Energie tankst, dich erholt und regenerierst. Urlaubsfeeling mit einem ganzheitlichen Yogaunterricht verbindet. Ob Anfänger oder Fortgeschrittene – vielfältige Yoga-Stile, Atem- und Entspannungsübungen bringen Körper und Geist in Balance. Lass dich inspirieren!

Kurszeit: ca. 4 Std./Tag | ZYP 05 | € 920

INSIDE(R) TIPP

Wir übernehmen auch die Organisation und Abwicklung Ihrer eigenen Seminare.

KÖRPER, GEIST & HERZ IM EINKLANG

10.05. – 17.05.2026

Udo Feinweber &



Katja Klaus

Dich erwarten täglich zwei Yogaeinheiten (Hatha-Yoga und Iyengar-Yoga®) mit Blick aufs Meer. Wir bieten Deinem Körper Kräftigung und Regeneration. Genieße eine wohlende Auszeit aus Deinem Alltag in herzlicher Atmosphäre. Auf unseren geführten Wanderungen erlebst du die Schönheit des nahegelegenen Naturreservats Akamas. Deine Seele kann im blühenden Zypern auftanken.

Finde neue Inspiration für Deine Yoga-Praxis, egal wie geübt du bist. Wir freuen uns auf Dich!

Kurszeit: ca. 4 Std./Tag | ZYP 04 | € 1085

ATMEN & MEER

31.05. – 07.06.2026

Helga Segatz



Wer sich dem Atem anvertraut und sich ihm überlässt, der öffnet den Zugang zu einer anderen Wahrnehmungs-, und Empfindungsebene. Er öffnet ein Tor zu seiner inneren Welt. Spüren, in welcher feinsten Weise der Atem Auskunft gibt über den eigenen körperlichen, seelischen und geistigen Zustand. Augenblicke genießen, in denen die Zeit still zu stehen scheint und zu erleben, wie es ist, ganz bei sich zu sein. Sanft angeleitete Bewegungsangebote, im Sitzen und im Liegen, mit denen sich der Atem wie von selbst verbindet, ermöglichen es, sich ganz vom Alltagsgeschehen loszulösen und zu erfahren wie innere Unruhe einer Gelassenheit weicht.

Kurszeit: ca. 3 Std./Tag | ZYP 06 | € 980

Ferien-Seminare

HEILUNG GESCHIEHT: SELBST-ERFAHRUNG & MANTRASINGEN

06.09. – 13.09.2026

Anton Ruckdäschel-Hadinger & Alexandra Rauch-Vogler

Heilung geschieht im Augenblick der Begegnung mit dir selbst. In geschütztem Rahmen gehst du auf die Reise zu dir selbst mit Wertimaginatlon, Aufstellungen, Innerer-Kind-Arbeit und Mantrasingen, um zu erfahren, wer du bist und was dich erfüllt. Hier darfst du Altes loslassen, still werden und neue Kraft schöpfen. Erlebe, wie Leichtigkeit, Freude und innere Heilung Raum in deinem Leben finden.

Kurszeit: ca. 4-5 Std./Tag | ZYP 07 | € 1098

BUCHUNGS-TIPP

ZYP 07: Bei Buchung bis 28.02.2026 erhalten Sie € 50 Rabatt.



TANZ DER GÖTTINNEN: IN 7 WEIBLICHE URKRÄFTE EINTAUCHEN

13.09. – 20.09.2026

Sabine Pramoda

Habenicht

Tanzen ist eine befreiende und heilsame Weise, sich selbst wieder näher zukommen. Wir geben allen vitalen und empfindsamen Seiten Raum, die das eigene Frau-Sein ausmachen und greifen dabei auf die 7 griechischen Göttinnen zurück. Eigene Potentiale und Kraftquellen über den Körper zu entdecken, ist das Spannende daran, denn in ihm liegt ein großer Schatz, ein altes Wissen verborgen. Jede Frau wird auf ihrer Entdeckungsreise individuell unterstützt. Die Heilkraft auf Zypern ist ein zusätzliches Geschenk.

Kurszeit: ca. 4 Std./Tag | ZYP 08 | € 1110



AHNNENKRAFT & FRAUEN-POWER

13.09. – 20.09.2026

Gabriele Mayr &

Martina Kroner

Mit Aufstellungen, systemisch-spirituel-ler Ahnenarbeit, ver-schiedenen Ritua- len, Meditationen, Trom-melreisen und Ahnenfeld-Klang begibst Du Dich auf eine Reise zu Deiner ureigenen weiblichen Kraft und dem alten Wissen in Dir. Abwech-lungsreiches Körpertraining mit Mobilisation, lockerem Ausdauertraining und Elementen aus Yoga stärkt Deine Körperwahrnehmung und er-det Dich. Klangreisen und Yoga Nidra fördern die Harmonisierung Deines Energieflusses und füh-ren Dich in einen Zustand tiefer Entspannung.

Kurszeit: ca. 5 Std./Tag | ZYP 09 | € 1210



WEITE SEELE - WEITES MEER (AUFSTELLUNGSWOCHE)

01.10. – 08.10.2026

Renate Wirth

Wenn schwierige Lebens-situationen auf uns wirken, wird unsere Seele eng. Doch unsere Seele will lieben dürfen und sich wei-ten. Achtsam still und liebevoll arbeiten wir mit Familienaufstellungen an eigenen Anliegen. Wir schauen nach dem, was wir uns wünschen. So wird es möglich, die Schönheit dieses wunderbaren Ortes und die Weite des Meeres in unseren Herzen mit nach Hause zu nehmen. Um anzukommen bei uns selbst. Und so zu sein, wie wir gemeint sind.



Kurszeit: ca. 5-6 Std./Tag | ZYP 10 | € 1190

WEITE SEELE - WEITES MEER (AUFSTELLUNGSWOCHE)

08.10. – 15.10.2026

Renate Wirth

Wenn schwierige Lebens-situationen auf uns wirken, wird unsere Seele eng. Doch unsere Seele will lieben dürfen und sich wei-ten. Achtsam still und liebevoll arbeiten wir mit Familienaufstellungen an eigenen Anliegen. Wir schauen nach dem, was wir uns wünschen. So wird es möglich, die Schönheit dieses wunderbaren Ortes und die Weite des Meeres in unseren Herzen mit nach Hause zu nehmen. Um anzukommen bei uns selbst. Und so zu sein, wie wir gemeint sind.



Kurszeit: ca. 5-6 Std./Tag | ZYP 11 | € 1190

BEI DIR ANKOMMEN – STILL & STARK

11.10. – 18.10.2026

Claire Dalloz

Ein achtsamer Yoga Retreat für innere Klarheit und neue Kraft. Gönn dir eine Woche nur für dich – fern vom Alltag, nah bei dir selbst. In der Stille der Natur und durch achtsame Yoga-, Atem- und Meditationspraxis findest du zurück zu deinem inneren Gleichgewicht. Dieser Retreat lädt dich ein, loszulassen, durch-zuzutmen und neue Energie zu schöpfen. Bewusste Bewegungen, klares Spüren und bewusstes Innehalten öffnen den Raum für Klarheit, Stärke und Verbundenheit – mit dir und dem Leben.



Kurszeit ca. 5 Std./Tag | ZYP 12 | € 1210

MEIN FRIEDVOLLES ICH

11.10. – 18.10.2026

Marion Bisschoff

Erlebe eine inspirierende Woche auf Zypern: Meditationen am Meer, kreative Impulse, Sonnenauf-gangswanderung, ein Aus-flug zu den Schildkröten. Lass deine Kreativität und deinen inneren Frieden wachsen auf der Insel der Liebe und Schönheit und finde Einklang für Seele, Geist und Körper.



Kurszeit: ca. 4-5 Std./Tag | ZYP 13 | € 890

INSIDE(R) TIPP

Wir übernehmen auch die Organisation und Abwicklung Ihrer eigenen Seminare.

WEITE SEELE - WEITES MEER (AUFSTELLUNGSWOCHE)

15.10. – 22.10.2026

Renate Wirth

Wenn schwierige Lebens-situationen auf uns wirken, wird unsere Seele eng. Doch unsere Seele will lieben dürfen und sich wei-ten. Achtsam still und liebevoll arbeiten wir mit Familienaufstellungen an eigenen Anliegen. Wir schauen nach dem, was wir uns wünschen. So wird es möglich, die Schönheit dieses wunderbaren Ortes und die Weite des Meeres in unseren Herzen mit nach Hause zu nehmen. Um anzukommen bei uns selbst. Und so zu sein, wie wir gemeint sind.



Kurszeit: ca. 5-6 Std./Tag | ZYP 14 | € 1190

LIFE IS A JOURNEY – LIFE IS A DANCE

01.11. – 08.11.2026

Karin Schmutzler

Das Leben als Reise u/o Tanz wahrnehmen – zwei wunderbare Fähigkeiten und essenzielle Haltungen, die uns über den Tellerrand blicken lassen, die uns mit herausforderndem Wandel versöhnen und unsere Resilienz erweitern.



Expression (Tanz & Talks), Exploration (Tanztherapie & Meditation) und Entspannung (verschiedene Verfahren) sind im Zentrum dieser inspirierenden u. Selbstvertrauen vertiefenden Zeit in der Schönheit dieses bezaubernden Ortes auf Zypern.

Kurszeit ca. 5-6 Std./Tag | ZYP 15 | € 1180

z.B. 7 Nächte zu zweit im DZ

p.P. ab € 890

INKLUSIVLEISTUNGEN SEMINARE

- Unterbringung zu zweit im komfortablen **DZ oder EZ** (EZ-Zuschlag)
- **Halbpension** (Frühstück- & 3-gängiges Abendessen)
- **Teilnahme am Ferien-Seminar**
- **Sammeltransfer ab/bis Flughafen Paphos (ab 2 Personen)**
- **Sammeltransfer ab/bis Flughafen Larnaca (ab 6 Personen)**

Verlängerungswoche (inkl. Offenes Programm): p.P. ab € 660

Einzelzimmer-Zuschlag/Woche: p.P. € 185



APHRODITE BEACH Hotel Ferien-Seminare 2026

Termine 2026	Kursthema	Referent	Kurs-Nr.	Preis
09.04. – 16.04.	Yoga & Meer – Deine Auszeit auf Zypern	Rosa Catalano	ZYP 01	€ 1140
16.04. – 23.04.	Yoga & Meer – Deine Auszeit auf Zypern	Rosa Catalano	ZYP 02	€ 1140
19.04. – 26.04.	Feldenkrais-Woche	Ute Birk	ZYP 03	€ 940
10.05. – 17.05.	Körper, Geist & Herz im Einklang	Udo Feinweber & Katja Klaus	ZYP 04	€ 1085
23.05. – 30.05.	Yoga Urlaub auf Zypern	Erica Zehentner	ZYP 05	€ 920
31.05. – 07.06.	Atmen & Meer	Helga Segatz	ZYP 06	€ 980
06.09. – 13.09.	Heilung geschieht: Selbsterfahrung & Mantrasingen	Anton Ruckdäschel-Hadinger & Alexandra Rauch-Vogler	ZYP 07	€ 1098
13.09. – 20.09.	Tanz der Göttinnen: In 7 weibliche Urkräfte eintauchen	Sabine Pramoda Habenicht	ZYP 08	€ 1110
13.09. – 20.09.	Ahnenkraft & Frauen-Power	Gabriele Mayr & Martina Kroner	ZYP 09	€ 1210
01.10. – 08.10.	Weite Seele – Weites Meer (Aufstellungswoche)	Renate Wirth	ZYP 10	€ 1190
08.10. – 15.10.	Weite Seele – Weites Meer (Aufstellungswoche)	Renate Wirth	ZYP 11	€ 1190
11.10. – 18.10.	Bei dir ankommen – still & stark	Claire Dalloz	ZYP 12	€ 1210
11.10. – 18.10.	Mein friedvolles ICH	Marion Bischoff	ZYP 13	€ 890
15.10. – 22.10.	Weite Seele – Weites Meer (Aufstellungswoche)	Renate Wirth	ZYP 14	€ 1190
01.11. – 08.11.	Life is a Journey – Life is a Dance	Karin Schmutzler	ZYP 15	€ 1180

Wichtige Hinweise

Es besteht kein Anspruch auf Präsenz des/der erwähnten Seminarleiters/-leiterin. Diese/r kann auch durch eine/n gleich qualifizierte/n Leiter/in ersetzt werden. Der/die Teilnehmer/in garantiert, dass er/sie sich in der Lage fühlt an dem teilweise intensiven Gruppenprozessen teilzunehmen und bereit ist, für sich selbst die Verantwortung zu übernehmen. Wir verweisen auch auf Punkt 8 unserer Reisebedingungen.

Mindestteilnehmerzahl: 6 Personen – Letzte Rücktrittsmöglichkeit von Inside Travel – bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl: 21 Tage vor Reisebeginn. Ungerahmte Gruppengröße: 6 bis 35 Teilnehmer (je nach Seminar abhängig).

LYKIA lodge

Lykische Küste | Türkei



YOGA

MEDITATION

- OFFENES PROGRAMM ✓
- AUSFLÜGE & WANDERN ✓
- ENTSPANNUNG & MASSAGE ✓
- VEGETARISCHE & VEGANE VERPFLEGGUNG ✓

Ein zauberhafter Ort mit einer faszinierenden Natur, wunderbaren Menschen - sehr persönlich und herzlich! Professionelle Yogaeinheiten, köstliches Essen, erfrischendem Pool, gemütlichen Zimmern mit Mückenschutz und Klimaanlage. Im warsten Sinne des Wortes „home of happiness“

Gästemeinung 2025

Willkommen im home of happiness

Yoga-Urlaub an einem ganz besonderen Ort. Fernab vom Massentourismus in einem großen, natürlichen Garten - umgeben von Bergen und Meer. Ihr Tiny House - versteckt zwischen grünen Palmen und blühenden Blumen. Genießen Sie die Freiheit, ihre Zeit ganz nach ihren Wünschen zu gestalten, Lachen, Reden oder Schweigen. Ob ein erfrischendes Bad im Quellwasserpool, von der Terrasse in die Ferne schweifen oder ein Buch in einem gemütlichen Köşk lesen. Lassen Sie Ihre Seele baumeln und tanken Sie neue Energie.

Finden Sie mit dem vielfältigen Calm & Active Programm, durch liebevolles Yoga & Meditation Ihre Kraft und innere Mitte (zurück). Die Wander-Wochen mit entspannenden Yoga-Einheiten im Frühling und im Herbst verbinden Sie mit der atemberaubenden Natur und sind eine Reise zu sich selbst. Urlaub mit allen Sinnen genießen, an einem der magischsten Orte der Türkei.



Wir beraten Sie gerne unter +49 (0) 8071-2781



UMGEBUNG

Das LYKIA liegt 3 km von dem kleinen Dorf Adrasan und 10 km von Olympos entfernt. Die Landschaft hier ist geprägt von Pinienwäldern, Oleander, Orangen-, Granatapfel-, Olivenbäume und den Bergen.

ENTSPANNEN

Der wunderschöne Kiesel-/Sandstrand ist in ca. 20-25 Minuten einfach zu erreichen (Montag bis Samstag: Strandtransfer). Am Strand gibt es auch Cafés, Restaurants, mehrere kleine Supermärkte, Liegestühle/Schirme und eine Tauchschule. Am nahe gelegenen Ende der Bucht befinden sich gemütliche Flussrestaurants mit Kösk.

WOHNEN

24 große (ca. 30 m²) auch mit King-Size (oder Einzel-) Bett möglich und 9 kleine (ca. 20 m²) Zimmer in ebenerdigen Bungalows (tiny-houses) verteilt in einem üppig blühenden Hanggrundstück. Ausgestattet mit eigenem Bad, kleiner Terrasse, Klima-Heiz-Anlage, Fliegengitter. Grosse Zimmer auch mit Sofabereich und Verdunklungsvorhängen. Stromfreies Schlafen möglich. Haupthaus (Lounge) mit kostenfreiem WLAN und Gäste-PC, offener Kamin und Sofas. Weitläufige Terrasse und Quellwasserpool mit Meerblick.

ESSEN UND TRINKEN

Eine vegetarisch/vegane Vollpension, die Foodlover Herzen höher schlagen lässt. Mit viel Liebe, regional, saisonal und hausgemacht. 3 mal täglich in Buffetform. Ganztags mit inkludiertem Quellwasser, türkischen Tee, Kräutertees. Kaffee zum Frühstück. Ein Obstbüffet ganztags und Süßspeisenbüffet an dem man mittags & abends schlemmen und genießen kann ... und nur schwer vorbei kommt. Alkoholische Getränke etc. werden zu ortsüblichen Preisen ebenfalls angeboten. Abendessen Samstags auf Wunsch, zusätzlich Fisch und Fleisch.

GEGEN GEBÜHR

- Massagen und andere Behandlungen
- Ausflugsprogramm nach Saison: (Tages-Bootstouren, Halbtages-Wanderungen, Antike Stätte,

Wohnbeispiele und Bilder finden Sie auf www.inside-travel.com

Ewige Feuer der Chimaera, Wochenmarkt Kumluca).

- Fahrradverleih
- Tourismusabgabe

CALM & ACTIVE

Das Programm ist so vielfältig, wie die Landschaft. Entdecken Sie aktiv die faszinierende Umgebung und Kultur. Finden Sie durch liebevolles Yoga & Meditation in Ihre Kraft und innere Mitte. Oder seien Sie einfach nur da und genießen. Wählen sie jeden Tag neu Ihre individuelle Balance aus Aktivität und Entspannung.

CALM & ACTIVE PROGRAMM

- 5 x pro Woche 90 Minuten Yoga (für inspirierte Anfänger und Fortgeschrittene geeignet)
- 5 x pro Woche 30 Minuten Meditation
- 2 x Abendprogramm meditativ (z.B. Yoga Nidra, besondere Meditationen oder Fantasiereise) oder bewegend (z.B. Singen, Tanzen o. ä.) à ca. 45 Min.
- Besichtigung einer Antiken Stätte in der Nähe
- Halbtags-Wanderung, Route nach Saison - in der heißen Jahreszeit stattdessen: zum Sonnenaufgang Schweige-Walk mit Sonnenaufgangsmeditation am Strand, mit anschließender Bademöglichkeit

WEITERE PAKETE AUF ANFRAGE:

- NEU: Rise & Relax Wochen (Sommeraktion)
- Wanderlust Pakete (in 3 Level)
- Yoga Lust
- Weihnachts- & Silvesterprogramm.

Parallel zum Calm & Active kann man das LYKIA auch ganz ohne jedes Programm besuchen (JUST BE-WOCHE): Ausflüge, Massagen und Treatments - zu ausgewählten Zeiten kann man vor Ort dazu buchen.

Teilnahme am Yoga, Meditations- und Abendprogramm ist nicht möglich.

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne!

z.B. 1 Woche zu zweit im DZ

p.P. € 1120

INKLUSIVLEISTUNGEN

- *Unterbringung zu zweit im DZ oder EZ (EZ-Zuschlag)*
- *vegetarische /vegane Vollpension (reichhaltiges Frühstücks-, Mittags- und Abendbüffett)*
Abendessen samstags auf Wunsch zusätzlich Fisch und Fleisch
- *Ganztägig frisches Quellwasser, türkischen Tee & Kräuter für Tees*
- *mittags & abends Kuchen- & Süßspeisenbüffet*
- *Ganztägig frisches Obstbüffet*
- *Teilnahme am offenen Programm „Calm&Active“ (21 Std. an 6 Tagen)*
- *täglicher Strandtransfer (außer sonntags)*
- *Sammeltransfer ab/bis Flughafen Antalya (5x sonntags zu fixen Zeiten)*

Verlängerungswoche: p.P. € 1080

Einzelzimmer-Zuschlag/Woche: (Hauptsaison)

Einzelzimmer mini, ca. 20 m² p.P. € 170

Einzelzimmer 30 m² p.P. € 230

EZ-Kingsize (Doppel-)Bett 30 m² p.P. € 260

RABATT – BUCHUNGSTIPP:

In der Nebensaison EZ-Zuschlag € 100 Rabatt: 15.03. – 05.04. & 31.05. – 06.09.2026 & 01.11. – 06.12.2026 & 20.12. – 03.01.2027

FRÜHBUCHERRABATT: 5 %

BEI BUCHUNG BIS ZUM 15.03.2026

ÖFFNUNGSZEITEN

15.03. – 06.12.2026 & 20.12.-03.01.2027

ANREISE

Flüge nach Antalya vermitteln wir zum aktuellen Tagespreis. (nicht im Preis enthalten)

ANREISETAG Sonntag.

	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Temperatur °C	15	16	19	21	25	30	34	34	31	26	21	18
Sonnenstd./Tag	4	6	7	8	10	11	12	12	10	8	6	5
Wasser °C	16	16	17	18	20	23	25	27	25	23	21	18



CASA EL MORISCO

Andalusien | Spanien

YOGA

- OFFENES PROGRAMM ✓
- VEGETARISCHE & VEGANE ✓
- VERPFLEGGUNG ✓
- ENTSPANNUNG & MASSAGE ✓
- AUSFLÜGE & WANDERN ✓

Könnte ich 6 Sterne verleihen, bekämen sie diese. Ausgesprochen freundliches Team - Ausserordentlich gutes und gesundes Essen und die Anlage, kann man fast nicht in Worte fassen: Ein Paradies.

Gästemeinung 2025

Ein Ort für ganzheitliche Lebensweise

Ein grünes Paradies, in dem Sie Ruhe und Erholung finden. Andalusien ist neben seinen vielfältigen landschaftlichen Schönheiten bekannt für die meisten Sonnentage pro Jahr auf dem europäischen Festland. Die großzügige Anlage der CASA EL MORISCO ist ein Ort der Begegnung. Das abwechslungsreiche Yoga-Wohlfühlprogramm schafft die Möglichkeit, einen individuellen Urlaub in der Gruppe zu verbringen und ist somit auch für Alleinreisende ideal. Sie befinden sich in einem Kreis von aufgeschlossenen Menschen mit ähnlichen Interessen und können ein offenes Programmangebot mit einem kultur- und naturorientierten Urlaub verbinden.





UMGEBUNG

Die CASA EL MORISCO befindet sich 20 km östlich von Málaga, 25 Minuten zu Fuss vom Sandstrand Benajarafe entfernt und liegt auf einer 60 m Anhöhe, umgeben von Hügeln mit Obstbäumen in einem zum Meer hin offenen Tal. In Benajarafe befinden sich Restaurants, Einkaufsmöglichkeiten, Bank, Post und eine Bushaltestelle. Zahlreiche Ziele in der Umgebung bieten sich für einen Tagesausflug an (z.B. Granada mit der Alhambra, Tropfsteinhöhlen von Nerja).

WOHNEN

Hell und freundlich eingerichtete Einzel- und Zweibettzimmer mit eigener Dusche/WC. Alle Zimmer haben Zentralheizung plus warm/kalt Klimaanlage. Die Anlage verfügt über drei Seminarhallen mit Fußboden-

heizung, Klimaanlage, einen Salzwasser-Pool, Sauna, Liegewiesen, Hängematten, Trampolin, Restaurant und Terrasse mit Meerblick. Besonders beliebt sind der „Indische Garten“ und der künstlerisch gestaltete „Garten der Sinne“.

ESSEN UND TRINKEN

Abwechslungsreiche, vegetarische/vegane Vollverpflegung mit viel frischem Obst und Gemüse, auch aus eigenem biologischen Anbau. Reichhaltiges Frühstücks- und Abendbüffet. Tagsüber Salate, Büfett und Früchte der Saison. Wasser, Tee, Säfte, Bier und Wein inklusive.

YOGA-WOHLFÜHLPROGRAMM

Umfasst 6x Morgen-Yoga + mindestens 6x Nachmittags-/oder Abendveranstaltungen, z.B.

- Yoga
- Atemtechniken
- Tiefenentspannung
- Trommeln
- Singen und Tanzen
- Sauna
- Außerdem auch Gesprächskreise über Themen wie Yoga, Ernährung, alternative Heil- und Entspannungsmethoden.

Ein Tag in der Woche (Sonntag) ist programmfrei. Der Sonntag ist für An- und Abreise vorgesehen.

z.B. 7 Nächte zu zweit im DZ

p.P. ab € 845

INKLUSIVLEISTUNGEN

- Unterbringung zu zweit im DZ oder EZ (EZ-Zuschlag)
- Teilnahme am offenen Yoga-Wohlfühlprogramm
- vegetarische/vegane Vollpension (Frühstücks- und Abendbüffet, tagsüber kaltes Büfett)
- Wasser, Kaffee, Kräuter-/Teeauswahl, Bier (auch alkoholfrei) und Wein
- Sammeltransfer ab/bis Flughafen Málaga (5x sonnags von 07:00 bis 20:00 Uhr)

Verlängerungswoche: p.P. € 815

Einzelzimmer-Zuschlag/Woche:

klein, eigene Dusche/WC	p.P. € 105
groß, eigene Dusche/WC	p.P. € 145

ÖFFNUNGSZEITEN

01.03.2026 – 29.11.2026

22.12.2026 bis 29.12.2026 und/oder

29.12.2026 bis 05.01.2027

YOGA-Wohlfühlurlaub an Weihnachten & Silvester 2026/2027 (Aufpreis € 100,-)

ANREISE

Flüge nach Málaga vermitteln wir zum aktuellen Tagespreis. (nicht im Preis enthalten)

ANREISETAG

Sonntag.

FLUGHAFENTRANSFER

Málaga: sonntags 5x Sammeltransfer zwischen 7 und 20 Uhr, Fahrt ca. 45 Minuten

	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Temperatur °C	16	17	18	20	22	26	29	30	28	23	20	17
Sonnenstdu./Tag	6	7	7	8	10	11	11	11	9	8	7	6
Wasser °C	14	14	14	15	17	19	22	23	22	20	17	15



ANANDA AYURVEDA RESORT

KOSGODA | SRI LANKA



AYURVEDA

YOGA

MEDITATION

POOL ✓

ENTSPANNUNG & MASSAGE ✓

Das Ananda ist ein Gesamtpaket, das keine Wünsche offen lässt: Herzlich-freundliche Menschen, eine schön-gepflegte Umgebung mit toller Architektur, eine kompetente Ärztin mit fachkundigen Therapeutinnen und Therapeuten, eine wunderbare Küche mit gepflegt-charmantem Service und Yoga-Therapeut Dinesh, ein Meister, der fordert und damit kleine Wunder vollbringt.

Gästemeinung 2025



Das Zentrum im „schönen leuchtenden Land“

Die Einheit von Körper, Sinnen, Verstand und Seele ist hier höchstes Gut. Diese kleine stilvolle Oase der Ruhe – unter österreichischer Leitung - an der Südwestküste Sri Lankas gelegen, schafft es Offenheit und Gastfreundlichkeit mit Entspannung & Massage Individualität und Privatsphäre zu vereinen. Regeneration und Wiederherstellung der Lebensbalance ist oberstes Ziel, mit dem Sie dort begrüßt, begleitet, nach Ayurveda behandelt, verabschiedet und – wenn Sie es wünschen - wieder empfangen werden.





UMGEBUNG

Der nächstgelegene Ort Bentota ist in etwa 20 Min. mit dem Tuk Tuk zu erreichen. Während Ihres Kuraufenthaltes haben Sie die Möglichkeit, Ausflüge zu unternehmen. Sollten Sie vor oder nach Ihrem Kuraufenthalt noch ein paar Tage weitere Schönheiten dieser Insel entdecken wollen, so unterstützen wir Sie dabei gerne bei der Planung.

WOHNEN

Im 1. Stock des ANANDA Hauptgebäudes gelegen, bieten 8 Deluxe-Zimmer einen Raum des Rückzugs und des Wohlfühlens. Im Garten des Resorts befinden sich zusätzlich 5 Bungalows. Alle Unterkünfte sind zum Meer hin ausgerichtet und ermöglichen einen phantastischen Blick auf den Indischen Ozean. Jedes der exklusiven Zimmer ist mit einem Kingsize-Bett, Moskitonetz, Deckenventilator sowie Safe ausgestattet. Im Badezimmer finden Sie eine herrliche Regendusche, Haartrockner, sowie ayurvedische Pflegeprodukte. Architektonisch ist das gesamte Resort im Einklang mit Geist und Kosmos. Errichtet nach der Bau- und Gestaltungslehre Vastu, begleitet Sie gute positive Energie, wo immer Sie sich aufhalten.

ESSEN UND TRINKEN

Die Ernährung bildet einen wesentlichen Grundpfeiler in der ayurvedischen Lehre. Unser Körper zieht aus der Nahrung Energiebedarf – nach Ayurveda spielt dabei eine wichtige Rolle die Funktionsweise unseres individuellen Verdauungssystems. Von Ihrer Ayurveda-Ärztin bekommen Sie genau erklärt, welche Lebensmittel für Sie gut geeignet sind und welche weniger. Ihre Mahlzeiten werden doshaneutral zubereitet. Suppen, Rotis, frisches Obst, raffiniert zubereitetes Gemüse, spezielle Tees und Wasser begleiten Sie durch den Tag und bringen Ihren Energiehaushalt ins Gleichgewicht.

AYURVEDA ANWENDUNGEN

Die Art und die Intensität des individuell abgestimmten Therapieplans werden von der

Ayurvedaärztin nach der Erstuntersuchung definiert. Ihren Behandlungsplan erhalten Sie jeweils abends einen Tag vor Ihrem nächsten Kurtag. Für jeden Gast liegt ein Sarong bereit, der während der Behandlungen getragen werden kann, zusätzlich empfehlen wir Einwegwäsche bzw. alte Wäschestücke mitzubringen.

Behandlung-bzw. Anwendungsbeispiele:

- Ganzkörper-, Kopf-, Gesichts-, Fußmassage
- Kräuterpulvermassagen
- Spezielle Rückenschmerzbehandlung
- Sirodhara (Stirnlölguss)
- Ganzkörper-Ölgusse
- Ganzkörper-Synchronmassagen
- Pindasweda (Thermomassage mit Reisbeuteln)
- Thapasweda (Kräuterstempelmassage)
- Dampfbad & Inhalation
- Nasen-Stirnhöhlen-Reinigung
- Ayurvedische Kräuter- und Blumenbäder
- Darmreinigung & Öleinläufe
- Siro Virechana (Kopfbehandlung)

GEGEN GEBÜHR

- Akupunktur
- Schröpfen
- Yoga – Privatstunden
- Ayurvedamedizin für Zuhause
- Ausflüge



	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Temperatur min. °C	22	21	23	24	26	25	25	25	25	24	23	21
Temperatur max. °C	30	31	31	31	29	29	30	29	29	29	29	29
Sonnenstd./Tag	8	9	8	7	6	5	6	6	6	7	5	8
Wasser °C	27	27	29	28	29	29	27	27	27	28	27	27

z.B. 10 Nächte zu zweit im DZ

p.P. ab € 1870

INKLUSIVLEISTUNGEN

- Unterbringung zu zweit im DZ (Deluxe-Zimmer oder Bungalow) oder EZ (EZ-Zuschlag)
- 1 x täglich frischer Frucht- oder Gemüsesaft
- Ayurveda Behandlungen, individuell auf Ihre Konstitution und persönlichen Bedürfnisse abgestimmt
- abgestimmte Ayurvedische Kräutermedizin
- 6x Yoga/Woche und Meditation & Tai-Chi lt. Tagesprogramm
- Alle Arztkonsultationen durch eigene Ayurveda Ärztin
- Kochvorführung und Präsentation ayurvedischer Gemüse-, Kräuter- und Obstvielfalt
- Ayurvedische Kräutermedizin
- Sarongs für jeden Guest zum Gebrauch bei den Behandlungen
- Herzliche deutschsprachige Gästebetreuung

Ayurveda Kur (10 Nächte)

im EZ: p.P. ab € 2220

Ayurveda Kur (14 Nächte) zu zweit im DZ: p.P. ab € 2898

Ayurveda Kur (14 Nächte) im EZ: p.P. ab € 3388

ÖFFNUNGSZEITEN

Oktober – Mai

ANREISE

Flüge nach Colombo vermitteln wir zum aktuellen Tagespreis (nicht im Preis enthalten)

ANREISETAG

Täglich

FLUGHAFENTRANSFER

Colombo: ca. 2 Stunden.

Der Transfer ab/bis Flughafen Colombo kann gegen Gebühr dazu gebucht werden.



NATTIKA BEACH RESORT

KERALA | INDIEN



Direkte
Strandlage!

AYURVEDA

YOGA

MEDITATION

STRANDNÄHE ✓

ENTSPANNUNG & MASSAGE ✓

Hervorragende ayurvedische Behandlung kombiniert mit Palmen- und Strandgefühl. Die Betreuung und der Service sind hervorragend, das gesamte Personal von den Ärzten bis zu den Helfern im Garten sind sehr freundlich, hilfsbereit und zuvorkommend. Die ayurvedische Küche ist herausragend.

Gästemeinung 2025

Ayurveda Resort mit Wellness-Charakter am Meer

Nattikas weitläufige Anlage inmitten unserer 16 Hektar üppiger Kokosnussbäume und Gärten verschmilzt nahtlos mit der Natur zu einem Ort der puren Verzauberung. Der Kontrast, der durch den endlosen, feinen Sandstrand entsteht, ist alles, was Sie brauchen, um Ihren Aufenthalt zu einem idyllischen Erlebnis zu machen.

Jeder Teil von Nattika strahlt Ruhe und Gelassenheit aus, und unser äußerst freundliches Personal ist bestrebt, auf alle Ihre Bedürfnisse einzugehen.



Wir beraten Sie gerne unter +49 (0) 8071-2781



LAGE

Sie können zu jeder Zeit des Jahres nach Nattika kommen. Die Anlage ist wunderschön und wird entsprechend der jeweiligen Jahreszeit gepflegt. Es gibt keine bestimmte Zeit, die besser ist als eine andere, und jede Jahreszeit hat ihre Vorteile. Die beste Zeit für einen Besuch hängt nur davon ab, was Sie erleben möchten und wie viel Zeit Sie haben.

Aus Gründen des Wohlbefindens, der Wirksamkeit der Behandlungen und um den unbewohnten Strand von Nattika Beach Resort in vollen Zügen genießen zu können, ist der ideale Zeitraum von September bis Mai. In der Nebensaison ist das Wetter im Allgemeinen sonnig und angenehm.



Der Nattika Beach ist ein 3 km langer Sandstrand, der in das Arabische Meer mündet.

Das Bedürfnis, sich zu entspannen und sich neu zu konzentrieren, ist einer der Eckpfeiler einer effektiven ayurvedischen Behandlung, und das spektakuläre Nattika Beach Resort bietet die perfekte Gelegenheit dazu. Die vielen Strandhütten, in denen die Sonnenliegen stehen, bieten ein wunderbares Ambiente, um die Ruhe an diesem nicht überlaufenen Strand zu genießen.

AYURVEDA KUR

Obwohl sehr alt, ist Ayurveda eine der wissenschaftlichsten Formen der Gesundheitspflege in der Welt, und diese Wissenschaft basiert stark auf der indischen Philosophie. Sie wird als die heilende Wissenschaft Indiens bezeichnet und nutzt die Vorteile der Natur, um das Gleichgewicht des Körpers wiederherzustellen. Das

Besondere an Ayurveda ist, dass es nicht nur dem Körper hilft, Krankheiten zu kontrollieren, sondern uns auch lehrt, unseren Körper und unseren Geist mit den universellen Gesetzen der Natur in Einklang zu bringen und so die eigentlichen Ursachen von Krankheiten zu beseitigen. Unser Ayurveda-Team wird von Dr. Hema K.P. geleitet, die mit sieben weiteren Ärzten zusammenarbeitet. Wir haben 70 Therapeuten, die alle erfahren und in traditionellen Ayurveda-Behandlungen und Kalari-Massage-techniken ausgebildet sind.

WOHNEN & ESSEN

Das Anwesen ist von 7 Hektar üppiger Kokosnussbäume an der zentralen Küste von Kerala umgeben. Der lange Sandstrand und der herrliche Blick aufs Meer sowie das traditionelle Kerala-Design unserer 52 Villen vervollständigen das Ayurveda-Erlebnis, das wir Ihnen bieten. Die Villen wurden unter Verwendung traditioneller Elemente aus Kerala gebaut, die in den Prinzipien von Ayurveda und Yoga verwurzelt sind, und werden in fünf Kategorien angeboten.

Zum Thema Essen werden alle Einzelheiten der ayurvedischen Diät, einschließlich des Medikamentenplans und der Diätvorgaben eingehalten und werden von unseren Ernährungsberater nach Absprache ausgearbeitet und an das Restaurantteam weitergeleitet, das bereit ist, auf alle Ihre Bedürfnisse einzugehen.

YOGA & MEDITATION

In der Moksha Hall beginnt Ihre Heilungsreise mit einer persönlichen Yoga-Beratung, gefolgt von einer detaillierten Gesundheitsbewertung durch unsere Ayurveda-Ärzte und Yogalehrer. Gemeinsam erstellen sie einen maßgeschneiderten Yoga-Plan, der auf Ihren Gesundheitszustand und Ihre Yoga-Erfahrung zugeschnitten ist.

Auch ein Tai-Chi-Lehrer wird auf Anfrage von

	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Temperatur min. °C	22	21	23	24	26	25	25	25	24	23	21	
Temperatur max. °C	30	31	31	31	29	29	30	29	29	29	29	
Sonnenstd./Tag	8	9	8	7	6	5	6	6	6	7	5	8
Wasser °C	27	27	29	28	29	29	27	27	27	28	27	27

z.B. 14 Nächte zu zweit im DZ mit Gartenblick

p.P. ab € 1.814

INKLUSIVLEISTUNGEN

- **Übernachtungen zu Zweit in der Twin Villa inkl. Klimaanlage (gegen Aufpreis können auch Zimmer mit besserer Ausstattung gebucht werden)**
- **Ayurvedische-vegetarische Vollpension (vom Arzt zusammengestellt)**
- **Ayurvedisch – ärztliche Betreuung Eingangsdiagnose durch den Arzt Ayurveda Kur (Regenerations- oder Reinigungskur)**
- **Yoga**
- **inklusive Transfers ab/bis Flughafen Cochin**

ÖFFNUNGSZEITEN

Ganzjährig

ANREISE

Flüge nach Cochin mit 1 Zwischenstopp in Dubai, Muscat, Doha oder Abu Dhabi vermitteln wir zum aktuellen Tagespreis (nicht im Preis enthalten)

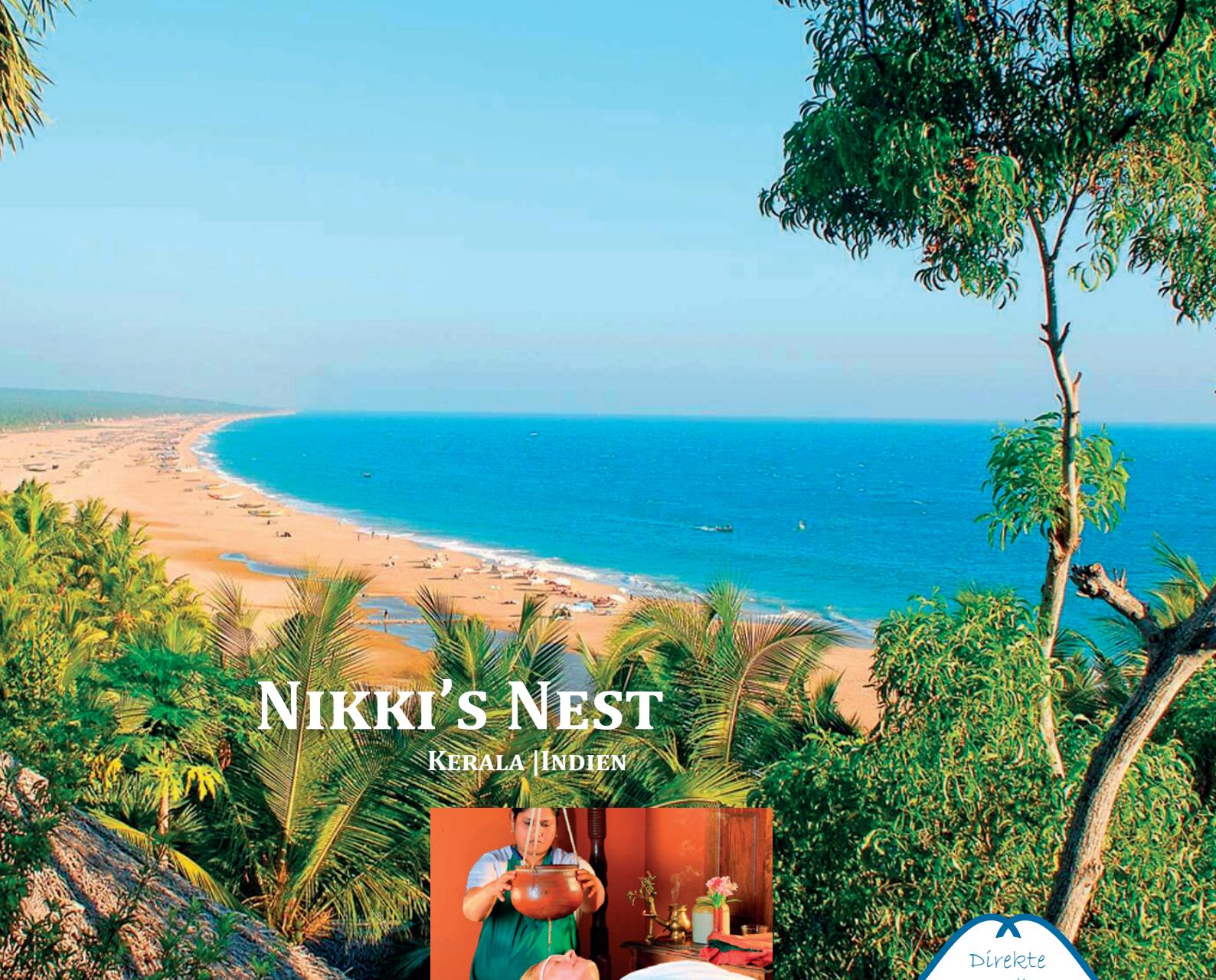
ANREISETAG

Täglich

FLUGHAFENTRANSFER

Cochin: ca. 1,5 Stunden.
Der Transfer ab/bis Flughafen Cochin ist inklusive.





NIKKI'S NEST

KERALA | INDIEN



Direkte
Strandlage!

Mit viel Charme und Herz geführt

Es ist eine bei europäischen Ayurveda-Gästen sehr geschätzte, familiäre Anlage. Vom überdachten Restaurant, das variantenreiche ayurvedische Küche bietet, genießt man einen grandiosen Blick auf den kilometerlangen Sandstrand. Oberhalb des Restaurants bietet ein kleiner, feiner Swimmingpool Erfrischung und ein großzügiges Sonnendeck lädt zur Entspannung ein.

Das Ayurveda-Zentrum liegt ebenso wie die schöne Yoga-Halle und die Chalets im neuen Teil des Resorts ein paar Schritte vom Restaurant entfernt. Es wird von erfahrenen Ärzten und Therapeuten geleitet und hat einen guten Ruf.



Wir sind hellauf begeistert!
Freundliche Menschen in allen
Bereichen des Resorts (Hotelbe-
trieb, Ayurveda Klinike). Buffet
zum Frühstück/Mittag/
Abends. Frisches Obst und
Salate vom feinsten.... Die
Unterbringung im Cottage ist
einfach aber sauber. Alle sind
bemüht den Aufenthalt für den
Gast so angenehm wie möglich
zu machen.

Gästemeinung 2025

AYURVEDA

YOGA

MEDITATION

STRANDNÄHE ✓

ENTSPANNUNG & MASSAGE ✓



UMGEBUNG

Links und rechts der Dorfstraße, die zum Aazhimala Shiva Tempel führt, erstreckt sich unter Kokospalmen das Resort. Es liegt in einem uralten Fischerdorf mit Blick auf das weitläufige Meer.

Wenn Ihnen einmal danach ist, den Fischern hautnah beim Einholen Ihrer Netze zuzuschauen – ein sich alltäglich wiederholendes Spektakel begleitet von rhythmischen Rufen – erreichen Sie den Strand über eine Treppe unterhalb des Restaurants.

WOHNEN

Die Unterkünfte liegen im üppigen grünen Garten, über einen palmengesäumten Hügel, sanft abfallend bis zum Arabischen Meer. Alle Zimmer verfügen über Terrassen auf denen Sie nach Ihren Anwendungen mit Blick in die Palmen entspannen können, sowie DU/WC und auf Wunsch mit Klimaanlage.

Nikki's Nest bietet Ihnen außerdem kostenloses W-LAN, sichere Schließfächer für Wertsachen, sowie einen kostenlosen Sonnenschirm und Strandtücher.

ESSEN UND TRINKEN

Das Zentrum verfügt über zwei einzigartige Restaurants mit Meerblick. Die Ayurveda Gerichte werden aus einer einzigartigen Mischung aus indischer Küche und internationalen Favoriten zubereitet. Den Prinzipien des Ayurveda folgend und zur Verbesserung der Entgiftung wird den Gästen, die sich in Behandlung befinden, vegetarische Büfets serviert. Aber natürlich kann die Seeseite jemanden dazu verleiten, gelegentlich Meeresfrüchte zu essen, die der Küchenchef mit Zustimmung und Beratung der Ärzte besorgen kann. Als zusätzliche Vorsichtsmaßnahme für das Gesundheitswesen verwendet die Küche von Nikki's Nest nur Kochgefäß aus Bronze, da dies jegliche Art von Metall- oder Legierungsverfälschung verhindert.

AYURVEDA ANWENDUNGEN

Mit einem guten Team von 25 erfahrenen Masseuren und 17 Behandlungsräumen, einer gesunden Ayurveda-Küche und energetisierendem Yoga widmet sich Nikki's Nest seit 1996 den Ayurveda-Wellnesserlebnissen und -ferien. Für die Anwendungen werden eigens hergestellte Ayurveda-Öle und -Pulver mit eigens angebauten Kräutern und Wurzeln verwendet.

- Ganzkörpermassagen
- Ganzkörperölglüsse
- Kräuterstempelmassage
- Kräuter dampfbad
- Puder massage
- Nasen-Stirnhöhlen-Reinigung
- Darmreinigung & Kräuteröl einläufe

YOGA UND MEDITATION

Yoga und Meditation sind eine perfekte Ergänzung zu Ayurveda-Kur und eine großartige Möglichkeit, um Stress abzubauen, Kraft, Flexibilität und Ausgeglichenheit zu entwickeln. Die alltägliche Yoga-Praxis enthält Atemübungen, verschiedene Körperhaltungen und Entspannungstechniken, um Körper und Geist miteinander zu verbinden. Die Yoga-Plattform durchdrückt den Blick auf den Ozean und belebt Körper und Geist. Positive Energie strömt aus dem nahen Hindu-Tempel.

AUSFLUGTIPPS

- Trivandrum Tour: Besuch der Hauptstadt Keralas, sowie des Padmanabhaswamy-Tempel, Puthen-Malika-Palast und das Napier Museum
- Kanyakumari Tour: Besuch des Kap Komorin (eines der bekanntesten Pilgerstätte der Hindus), Padmanabhapuram Palast und Suchindram Tempel
- Golden Valley Tour: Fahrt auf 1.100 Meter Höhe zur Bergstation Ponmudi (bietet einen atemberaubenden Blick in das „Goldene Tal“), sowie Besuch einer Krokodilfarm und Besichtigung des Neyyar-Staudamms

z.B. 14 Nächte zu zweit im DZ

p.P. ab € 828

INKLUSIVLEISTUNGEN

- **Unterbringung zu zweit im DZ**
(Standard Room ohne Klimaanlage) oder EZ (EZ-Zuschlag)
- ayurvedisch-vegetarische **Vollpension**
- **Eingangsdiagnose** durch den Arzt
- **Ayurveda Kur (Regenerations- oder Reinigungskur)**
- **Yoga**
- **Transfer ab/bis Flughafen Trivandrum**

Ayurveda Kur (14 Nächte)

im EZ: p.P. ab € 1248

Ayurveda Kur (21 Nächte) p.P. ab € 1311

zu zweit im DZ: p.P. ab € 1976

HINWEIS

Ende Januar / Anfang Februar findet ein 10-tägiges Tempelfest in unmittelbarer Nachbarschaft statt, bei welchem mit Lärmbelästigungen zu rechnen ist. In dieser Zeit bietet das Resort eine Preisreduktion von 25% an.

ÖFFNUNGSZEITEN

Ganzjährig

ANREISE

Flüge nach Trivandrum vermitteln wir zum aktuellen Tagespreis (nicht im Preis enthalten)

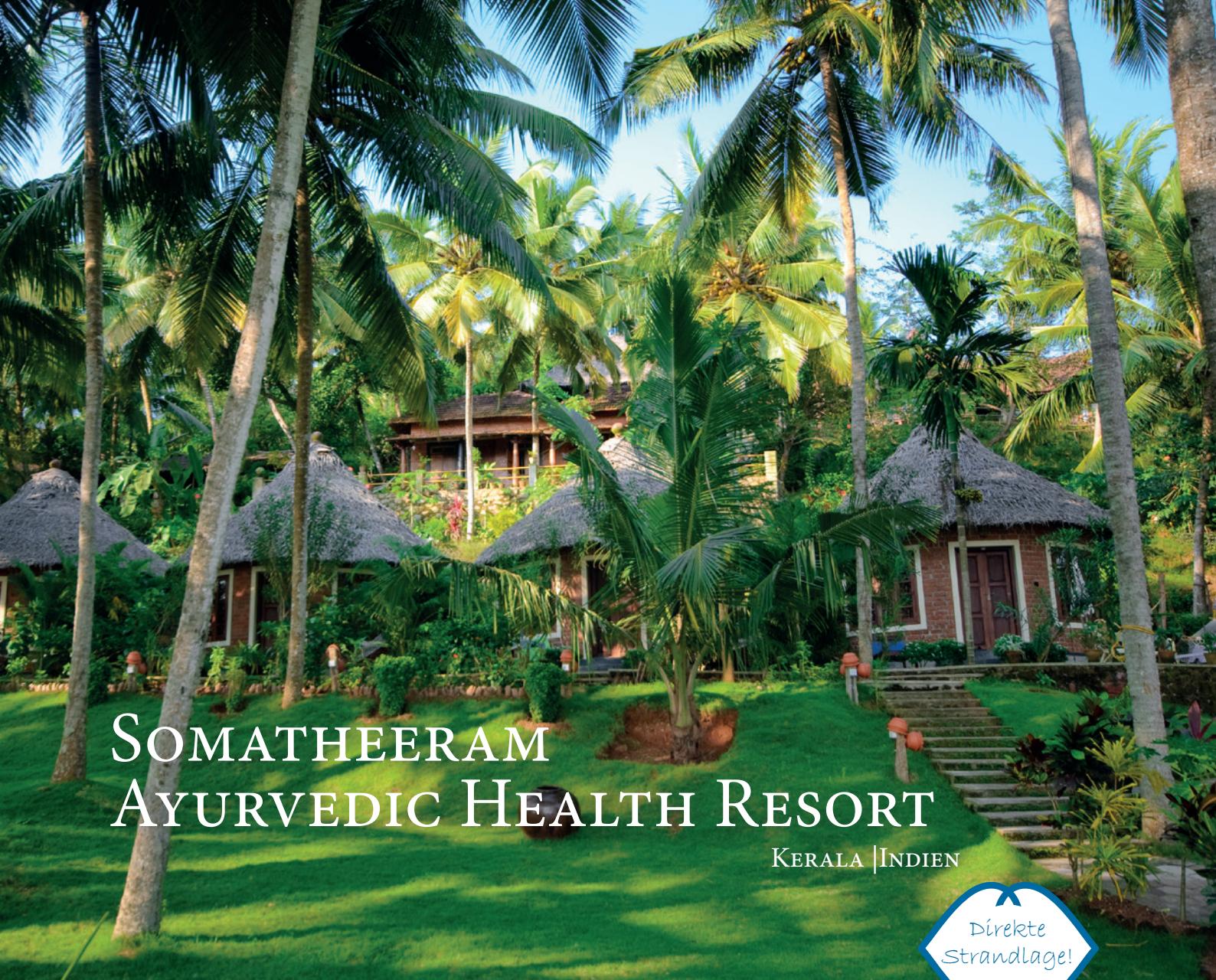
ANREISETAG

Täglich

FLUGHAFENTRANSFER

Trivandrum: ca. 30 Minuten

	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Temperatur min. °C	22	23	24	25	25	24	23	23	23	23	23	23
Temperatur max. °C	32	32	33	33	32	30	30	31	30	30	31	31
Sonnenstd./Tag	9	9	8	7	6	5	5	5	6	6	6	7
Wasser °C	28	29	29	30	30	28	27	27	28	29	29	28



SOMATHEERAM AYURVEDIC HEALTH RESORT

KERALA | INDIEN



AYURVEDA

YOGA

MEDITATION

STRANDNÄHE ✓

ENTSPANNUNG & MASSAGE ✓

Der Ort ist bezaubernd. Das Personal sehr freundlich und bemüht. Das Essen auf dosha Basis basierend, ist mild und wohlschmeckend. Der Strandabschnitt ist aufgeräumt und sauber, auch hat man aber 3 verschiedene Pools zur Auswahl. Alles in Allem ein kleines Paradies mit schönen Pflanzen und Tieren und viel Ruhe. Namasté.

Gästemeinung 2025

Mehrfach ausgezeichnet als „Best Ayurvedic Centre“

Zweifellos ist die traditionsreiche Ayurveda-Lehre einer der wichtigsten Bestandteile der indischen Kultur. Sie steht im Zentrum von Somatheeram, dem ersten Resort, dass die ayurvedische Lehre auch über die Grenzen Indiens hinaus bekannt gemacht hat. Die inzwischen mehr als 30-jährige Erfahrung mit internationalen Gästen verdankt die Anlage den guten Beziehungen nach Europa. Ein Ayurveda-Zentrum, das auf einem ganzheitlichen Konzept basiert und gleichzeitig Kultur und Schönheit Indiens wiederspiegelt. Der Anspruch: Ayurveda, Yoga und Meditation in entspannter und faszinierender Umgebung anbieten zu können.





UMGEBUNG

Das Zentrum liegt direkt am Strand an der malerischen Malabar-Küste im südindischen Bundesstaat Kerala – fernab vom Massentourismus in der ruhigen Nachbarschaft des Dorfes Chowara. Kerala ist der südlichste Staat Indiens – und mit seinen tropischen Wäldern vermutlich auch der grünste. Als aufregendes Reiseziel gilt das Land nicht zuletzt wegen seiner Flora und Fauna, seinen Palästen und Tempeln, seiner traditionellen Dörfer, Nationalparks, Reisfelder und Teeplantagen.

WOHNEN

Das Resort entstand in einem tropischen Garten in traditioneller indischer Bauweise – und hat trotzdem europäisches Niveau in Ausstattung und Hygiene: Alle Zimmer verfügen über Dusche, WC, Ventilatoren, Moskitonetze und Telefon. Der Strand lässt sich je nach Lage des Zimmers innerhalb von 1-5 Minuten erreichen.

Besonderes Highlight ist die Sidharta Deluxe-Suite mit geräumigen Wohn- und Schlafzimmern, eigener Terrasse mit unvergleichlichem Panoramablick auf das Meer, sowie ein Badezimmer unter freiem Himmel.

ESSEN UND TRINKEN

Ein ayurvedisches Menü lebt von der Kunst der Komposition. Die einzelnen Zutaten sind in Geschmack, Farbe, Konsistenz und Zubereitungsart gekonnt aufeinander abgestimmt. Das Essen duftet angenehm, regt den Appetit an und enthält alle sechs Geschmacksrichtungen, die Rasas, die sich wohldosiert ergänzen. Vor allem ist ein ayurvedisches Menü ausgewogen und in jeder Hinsicht vollwertig. Denn alle notwendigen Bausteine des Lebens sind darin enthalten: Eiweiße, Kohlenhydrate, Fette, Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente. Die Art der Zubereitung und die Speisenkombination machen das Essen besonders bekömmlich und leicht verdaulich.

Angeboten werden ca. 200 verschiedene ayurvedische Gerichte, die auf die unterschiedlichen Körperkonstitutionen abgestimmt sind. Sie erhalten einen individuell auf Sie abgestimmten Ernährungsplan, mit dessen Hilfe Sie sich die perfekte Speisenfolge aus dem Büfett zusammenstellen können.

AYURVEDA KUREN

Wenn Sie eine authentische Ayurveda-Kur an der atemberaubenden Malabar-Küste Keralas erleben möchten, sind Sie hier genau richtig. Sei es um Ihr Wohlbefinden zu steigern oder um mit Hilfe von Ayurveda konkrete gesundheitliche Probleme wie Rückenschmerzen, Stress-Symptome oder Übergewicht angehen zu wollen. Aufgrund der langjährigen Erfahrungen hat das Somatheeram verschiedene Ayurveda- und Panchakarma-Pakete zusammengestellt, die als ausgewählte Behandlungsansätze gelten.

AYURVEDA ANWENDUNGSGEBIETE

Im Folgenden finden Sie einige Stichpunkte zu bekannten Beschwerden aufgelistet:

- Herz- und Kreislauf
- Immunaufbau nach Krankheit
- Augen
- Gynäkologie
- Verdauungssystem
- Mental-psychische Störungen
- Neurologische Störungen
- Stoffwechsel
- Muskel / Knochen
- Atemwege
- Haut
- Urologie
- Körperflege & Kosmetik

z.B. 14 Nächte zu zweit im DZ

p.P. ab € 1313

INKLUSIVLEISTUNGEN

- *Unterbringung zu Zweit im DZ im Standard Cottage ohne Klimaanlage*
- *ayurvedisch-vegetarische Vollpension*
- *Eingangsdiagnose durch den Arzt*
- *Ayurveda Kur*
(Regenerations- oder Reinigungskur)
- *Yoga*
- *Halbtägiger Bootsausflug in die Backwaters*
- *Transfer ab/bis Flughafen Trivandrum*

Ayurveda Kur (14 Nächte)

im EZ: p.P. ab € 1551

Ayurveda Kur (21 Nächte)

zu zweit im DZ: p.P. ab € 1970

Ayurveda Kur (21 Nächte)

im EZ: p.P. ab € 2336

ÖFFNUNGSZEITEN

Ganzjährig

ANREISE

Flüge nach Trivandrum vermitteln wir zum aktuellen Tagespreis (nicht im Preis enthalten)

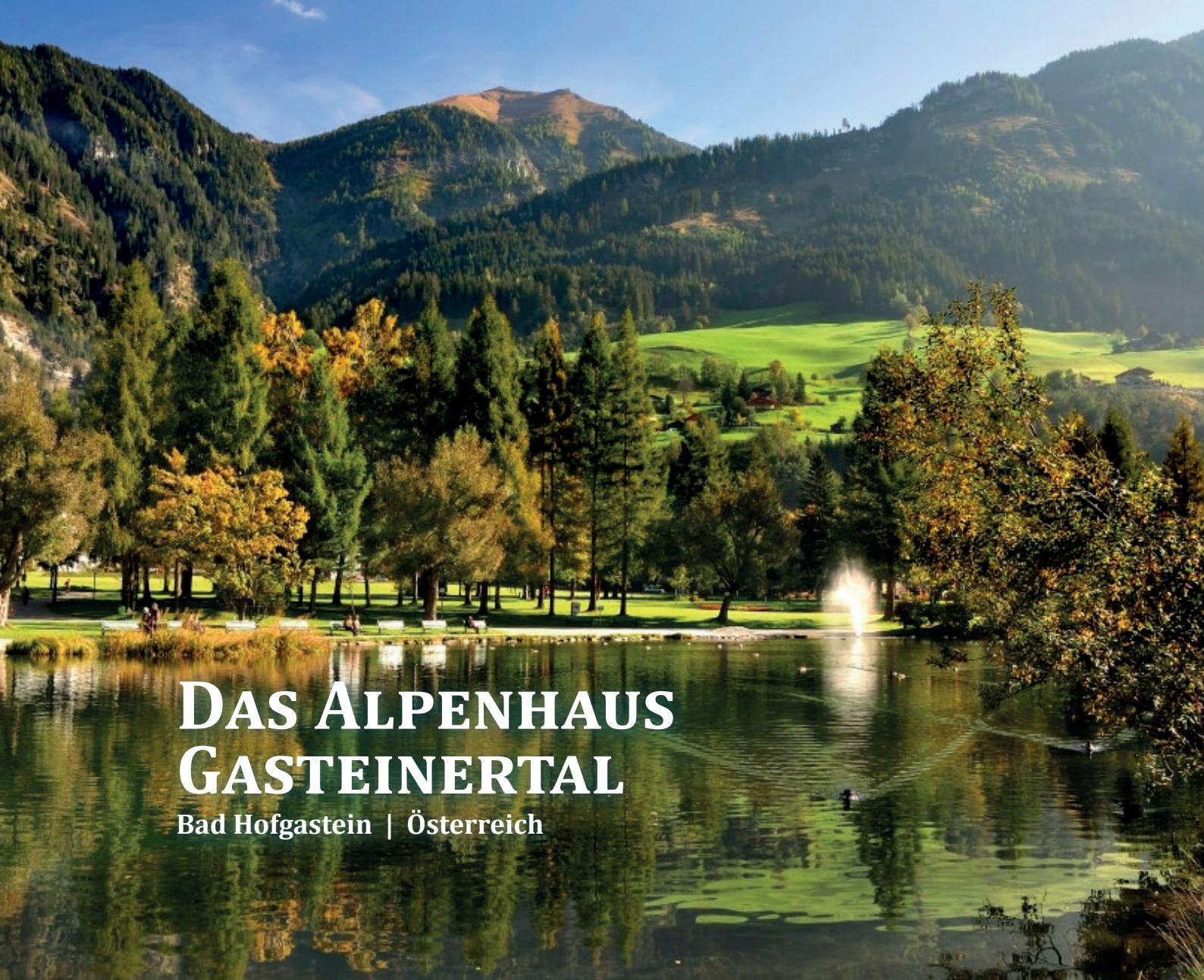
ANREISETAG

Täglich

FLUGHAFENTRANSFER

Trivandrum: ca. 30 Minuten

	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
Temperatur min. °C	22	23	24	25	25	24	23	23	23	23	23	23
Temperatur max. °C	32	32	33	33	32	30	30	31	30	30	31	31
Sonnenstd./Tag	9	9	8	7	6	5	5	5	6	6	6	7
Wasser °C	28	29	29	30	30	28	27	27	28	29	29	28



DAS ALPENHAUS GASTEINERTAL

Bad Hofgastein | Österreich

YOGA

AKTIV

WELLNES

MEDITATION

- OFFENES PROGRAMM ✓
- AUSFLÜGE & WANDERN ✓
- WELLNESS & SPA ✓
- FITNESS ✓

ALPEN.KRAFT. entdecken.

Eintauchen in die Natur. In die stille, ursprüngliche Kraft der Alpen. Hier im **Alpenhaus Gasteinertal** wird spürbar, was wirklich zählt: Zur Ruhe kommen. Durchatmen. Auftanken. Ob beim **Wandern in der Gasteiner Bergwelt**, beim **Skifahren auf den Pisten des Salzburger Landes**, beim **Yoga** oder im **Restart Retreat** – überall begleitet Sie die Energie der Alpen.

Beim **Genießen** ebenso wie beim **Entspannen im ALPEN.VEDA.SPA**.

Das ist **ALPEN.KRAFT. Urlaub** im **4-Sterne Alpine Lifestyle Hotel in Bad Hofgastein**. Wir alle kennen es: den hektischen Alltag, zu wenig Zeit, ungesunde Gewohnheiten und wachsenden Stress. Mit **ALPEN.KRAFT.DETOX** lassen wir los, was uns belastet – und gewinnen neue Energie und Leichtigkeit. Dabei bleibt Raum für Genuss: mit der **gesunden Alpenhaus Küche**, die Vitalität, Geschmack und Natürlichkeit harmonisch vereint.



Das Hotel liegt am Rand des Zentrums in fußläufiger Nähe zur Schlossbahn. Wir hatten eine wunderbare geräumige Juniorsuite mit tollem Blick auf die Berge. Das Essen war vorzüglich. Das Personal war ausgesprochen zuvorkommend und freundlich.

Gästemeinung 2025



UMGEBUNG

Im Gasteinertal stehen die **Berge** im Mittelpunkt – kraftvoll, schützend und inspirierend zugleich. Sie sind **Taktgeber** und **Rückzugsort**, schenken Weite, Stille und neue Perspektiven. Auf fast **40 Kilometern** eröffnet das Tal alles, was das Herz begeht: Über **200 Pistenkilometer**, weltberühmte **Thermalquellen**, den **Gasteiner Heilstollen** und eine alpine Landschaft, die für Sportbegeisterte zur endlosen Spielwiese wird.

Mitten im Zentrum von **Bad Hofgastein** liegt das **ALPEN.KRAFT Hotel**, wo Natur, Erholung und Bewusstsein auf einzigartige Weise verschmelzen.

Hier wird die alpine Welt **erlebbbar** – und jeder Weg führt nicht nur durch die Berge, sondern **zurück zum eigenen Ich**.

WOHNEN

Ankommen. Durchatmen. Loslassen.

Alle Zimmer & Suiten im Alpenhaus Gasteinertal verfügen über einen **eigenen Balkon oder eine Terrasse**, um den Blick über die Berge schweifen zu lassen – bei **goldenen Sonnenaufgängen** oder **stillen Abenden** im Tal. Erholamer Schlaf ist hier selbstverständlich: **Hochwertige Matratzen, Allergikerbetten, die klare Bergluft** und die **tiefe Stille der Alpen** sorgen dafür, dass Körper und Geist wirklich zur Ruhe kommen.



WOHLFÜHLWELT ALPEN.VEDA.SPA

Entspannen. Regenerieren. Neu auftanken.

- Panorama-Hallenbad & Whirlpools
- Saunalandschaft mit 8 Saunen & Eis-Iglu
- Erlebnisduschen & Fuß-Kneippbecken
- Raum der Stille mit beheizten Wasserbetten & Wärmebänken
- Teebar zur freien Entnahme
- SPA-Tasche mit Bademantel & Badetüchern
- Fitnessstudio mit modernen Geräten
- Yogaraum & Yogaplatform mit Bergblick
Hier findet jeder seine eigene Balance – zwischen Ruhe und **Energie, Wärme und Klarheit**.

WOCHEPROGRAMM

ALPEN.KRAFT erleben:

Vielfalt, Bewegung und Achtsamkeit prägen das tägliche Programm (lt. Aushang vor Ort):

- Yoga, Qi Gong & Tai Chi
- Aktiv- und Fitnessangebote
- Geführte Meditationen
- Kraftorte & Naturerlebniswanderungen
- Waldbaden
- Schneeschuhwanderungen
- u.v.m.

Erleben Sie, wie sich Körper und Geist in der alpinen Natur **neu ausrichten und stärken**.

ALPEN.KRAFT.DETOX

Mehr als eine Methode – ein ganzheitlicher Weg zur Regeneration.

ALPEN.KRAFT.DETOX unterstützt den Körper, sich selbst zu reinigen, zu stärken und ins natürliche Gleichgewicht zurückzufinden.

In den **ALPEN.KRAFT.SELFNESS Retreats & Workshops** verbinden sich internationale Bewegungstechniken und meditative Methoden mit **entschlackenden Anwendungen** und einer **Detox-Ernährung auf Basis der alpinen Natur**.

Eine sanfte Reinigung auf **geistiger, seelischer und körperlicher Ebene** – bekommlich, nachhaltig und tief wirksam.

z.B. 5 Nächte zu zweit im DZ

p.P. ab € 550

INKLUSIVLEISTUNGEN

- *Unterbringung zu zweit im DZ oder EZ (EZ-Zuschlag) in großzügigen und komfortablen Zimmern & Suiten*
- *Teilnahme am offenem Aktivprogramm und Meditation (laut Wochenprogramm)*
- *Teilnahme am Yoga, Qi Gong, Tai Chi, Aktiv- und Fitnessprogramm (laut Wochenprogramm)*
- *Halbpension auf Wunsch vegetarisch oder vegan (Frühstücksbüfett und abends 4-Gänge-Wahlmenü mit Salatbüfett)*
- **2.000m² Wohlfühlwelt ALPEN.VEDA.SPA**
- **Gastein Card für die Dauer des Aufenthaltes mit zahlreichen Vergünstigungen**

ÖFFNUNGSZEITEN

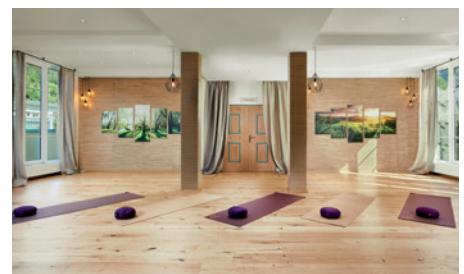
Ganzjährig (auch tageweise buchbar)

ANREISE

- mit dem Auto
- mit der Bahn
- mit dem Flugzeug

ANREISETAG

täglich



Hinweise & Reisetipps

FLUGPLÄNE UND FLUGZEITEN

In der Regel erfahren Sie die Flugzeiten mit der Buchungsbestätigung. Diese Zeiten sind immer vorläufig, da sie manchmal kurzfristig von den Fluggesellschaften geändert werden. Leider lassen sich nicht immer alle Hinflüge in die Morgen- und nicht alle Rückflüge in die Abendstunden legen.

BEFÖRDERUNG

Wir fliegen innerhalb Europas mit renommierten Charterfluggesellschaften wie: Tui fly, Condor, Lufthansa und anderen. Die meisten Flüge sind Direktflüge. Auf internationalen Strecken achten wir auf gute IATA-Fluggesellschaften mit möglichst wenig Zwischenlandungen. Soweit es möglich ist, können wir ein kostengünstiges Bahnticket von Ihrem Wohnort zum Flughafen anbieten.

SITZPLATZRESERVIERUNGEN

sind innerhalb Europas größtenteils gegen Zuzahlung von ca. € 30 für Hin und Zurück möglich. Bei Wechsel des Flugzeugtyps kann es dazu führen, dass eine Reservierung eventuell geändert werden muss oder nicht mehr möglich ist.

BORDVERPFLEGUNG

ist meist kostenpflichtig. Einige Fluggesellschaften lassen sich den Bordservice extra bezahlen. Falls Ihnen das wichtig ist, bitte

gewünschte Mahlzeit bei Buchung angeben. Ein vegetarisches Essen kostet z.B. ab € 10 pro Strecke.

TRANSFERS AM ZIELGEBIET

Unser Team vor Ort oder ein beauftragter Taxifahrer empfängt Sie am Flughafen. Sie sind zu erkennen mit einem entsprechenden Hinweisschild, oder mit Ihrem Namen. Wir bitten um Ihr Verständnis, wenn der Fahrer unter Umständen auf eine nachfolgende Maschine warten muss. Wir versuchen die Wartezeit so gering wie möglich zu halten. Bei selbst gebuchten Flügen bitten wir zu beachten, dass Sie selbst für Flugzeitenänderungen und Rückbestätigungen verantwortlich sind. Der kostenlose Transfer kann nur garantiert werden, wenn Ihre Flugdaten bis spätestens sieben Werktagen vor Abflug bei uns eintreffen.

WASSER-/STROMVERSORGUNG

In manchen Ländern kann es gelegentlich zu Störungen in der Wasser- oder Stromversorgung kommen. Lang anhaltende Trockenperioden können zu Wasserknappheit führen.

MINDESTTEILNEHMER

Bei einigen unserer Angebote, insbesondere bei Seminaren, schreiben wir eine Mindestteilnehmerzahl von 6 Personen aus. Wenn es nicht genug Interessenten für diese Reise

oder Seminar gibt, versuchen wir, Ihnen ein alternatives Angebot zu unterbreiten. In ganz seltenen Fällen müssen wir die Reise ganz absagen. In diesem Fall würden wir Sie spätestens drei Wochen vor Reisebeginn informieren. Die geleisteten Zahlungen erhalten Sie vollständig und umgehend zurück.

STRÄNDE

Da die Strände in den Urlaubs ländern öffentlich sind, sorgt die jeweilige Gemeinde allein für die Strandhygiene. In der Vorsaison kann es vorkommen, dass die Säuberung noch nicht vollständig abgeschlossen ist. Unter bestimmten Witterungsbedingungen werden manchmal Seetang, Algen u.ä. ange schwemmt.

SONDERWÜNSCHE

berücksichtigen wir wo immer es möglich ist. Jedoch lässt es sich manchmal nicht vermeiden, dass ein bestimmtes Zimmer bereits belegt ist. Die Zimmervergabe erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldungen. Ihr Zimmerwunsch wird weitergeleitet, kann aber nicht garantiert werden.

Bildnachweis:

- Seite 1 @shutterstock - ground picture
- Seite 2+3 +56 @shutterstock - pikoso.kz
- Seite 4+5 @shutterstock - peopleimages
- S. 53: @shutterstock + @fotolia



Mit einer Reiseversicherung der URV sind Sie rundum gut versichert.

Reise-Rücktrittskosten-Versicherung



Einzelperson				
	bis 64 Jahre	ab 65 Jahre		
Reisepreis	Code	Prämie	Code	
bis 200,-	ER00R64	12,-	ER00R65	12,-
bis 400,-	ER01R64	20,-	ER01R65	25,-
bis 600,-	ER02R64	30,-	ER02R65	38,-
bis 800,-	ER03R64	39,-	ER03R65	50,-
bis 1.000,-	ER04R64	49,-	ER04R65	63,-
bis 1.200,-	ER05R64	59,-	ER05R65	76,-
bis 1.400,-	ER06R64	69,-	ER06R65	89,-
bis 1.600,-	ER07R64	79,-	ER07R65	102,-
bis 1.800,-	ER08R64	88,-	ER08R65	114,-
bis 2.000,-	ER09R64	98,-	ER09R65	127,-
bis 2.500,-	ER10R64	115,-	ER10R65	149,-
bis 3.000,-	ER11R64	140,-	ER11R65	181,-
bis 3.500,-	ER12R64	164,-	ER12R65	213,-
bis 4.000,-	ER13R64	189,-	ER13R65	245,-
bis 4.500,-	ER14R64	213,-	ER14R65	277,-
bis 20.000,-	ER15R64	5 % vom Reisepreis	ER15R65	6,5 % vom Reisepreis



In aller Kürze:

- Reise-Rücktrittskosten-Versicherung**
 - 100 % der Stornokosten einer Reise inkl. Vermögensentgelt
 - Mehrkosten bei verspäteter Hinreise inklusive Umbuchungs-Schutz
 - Zahlung anfallender Umbuchungsgebühren bis max. zur Höhe der ansonsten anfallenden Stornokosten
 - inklusive Schiffsbereisen
 - **Prämien ohne Selbstbehalt**
 - **Stornokompass** Telefonische Hilfestellung bei Gefährdung der Reise
 - **Notfall-Service-Versicherung** Weltweiter gebührenfreier 24-Stunden-Notruf-Service
 - Zahlung der Bergungskosten
 - Beschaffung von Ersatzpräparaten, Übernahme Versandkosten
 - Hilfe bei Beschaffung eines Anwaltes/ Dolmetschers
 - Kostenersstattung für eine Gepäckrückholung an den Wohnort
 - **Reise-Abbruch**
 - Zahlung der nicht genutzten Reiseleistungen
 - Kosten der Nachreise
 - Mehrkosten bei vorzeitiger oder verspäteter Rückreise

Familien/Paar-Versicherung **URV PLUS!**
In der Reise-Rücktritt-Einnahmen werden zwei gemeinsam reisende Personen einer Familie gleichgesetzt. Es gibt hierbei weder verwandtschaftliche noch geschlechtliche Voraussetzungen.

Travel-Paket

OHNE Selbstbehalt



Einzelperson				
	bis 64 Jahre	ab 65 Jahre		
Reisepreis	Code	Prämie	Code	
bis 200,-	PR00P64	15,-	PR00P65	19,-
bis 400,-	PR01P64	31,-	PR01P65	42,-
bis 600,-	PR02P64	46,-	PR02P65	64,-
bis 800,-	PR03P64	61,-	PR03P65	87,-
bis 1.000,-	PR04P64	76,-	PR04P65	109,-
bis 1.200,-	PR05P64	90,-	PR05P65	127,-
bis 1.400,-	PR06P64	105,-	PR06P65	149,-
bis 1.600,-	PR07P64	120,-	PR07P65	172,-
bis 1.800,-	PR08P64	135,-	PR08P65	195,-
bis 2.000,-	PR09P64	149,-	PR09P65	212,-
bis 2.500,-	PR10P64	177,-	PR10P65	254,-
bis 3.000,-	PR11P64	213,-	PR11P65	305,-
bis 3.500,-	PR12P64	250,-	PR12P65	357,-
bis 4.000,-	PR13P64	288,-	PR13P65	413,-
bis 4.500,-	PR14P64	324,-	PR14P65	464,-
bis 5.000,-	PR15P64	362,-	PR15P65	521,-
bis 7.500,-	PR16P64	473,-	PR16P65	680,-
bis 10.000,-	PR17P64	659,-	PR17P65	947,-
bis 15.000,-	PR18P64	939,-	PR18P65	1.352,-
bis 20.000,-	PR19P64	1.310,-	PR19P65	1.885,-

In aller Kürze:

- Reise-Rücktrittskosten-Versicherung**
 - 100 % der Stornokosten einer Reise inkl. Vermögensentgelt
 - Mehrkosten bei verspäteter Hinreise inkl. Umbuchungs-Schutz
 - Zahlung anfallender Umbuchungsgebühren bis max. zur Höhe der ansonsten anfallenden Stornokosten
 - **Prämien ohne Selbstbehalt**
 - **Stornokompass** Telefonische Hilfestellung bei Gefährdung der Reise
 - **Auslandsreise-Krankenversicherung** Zahlung notwendiger medizinischer Behandlungen und medizinisch sinnvoller und vertretbarer Krankenrücktransporte
 - **Notfall-Service-Versicherung**
 - Weltweiter gebührenfreier 24-Stunden-Notruf-Service
 - Zahlung der Bergungskosten
 - Hilfe bei Beschaffung eines Anwaltes/ Dolmetschers
 - Kostenersstattung für eine Gepäckrückholung an den Wohnort
 - **Reise-Abbruch**
 - Zahlung der nicht genutzten Reiseleistungen
 - Kosten der Nachreise
 - Mehrkosten bei vorzeitiger oder verspäteter Rückreise

Wir wünschen eine schönen Urlaub.

URV

Union Reiseversicherung

Reisen mit Inside-Travel und Ihre Vorteile:



SICHERHEIT SCHENKEN.

Alle Hotels und Reiseziele, die wir Ihnen anbieten, haben wir persönlich ausgewählt und auch die Anbieter kennen wir seit vielen Jahren. Durch unsere regelmäßigen Besuche vor Ort garantieren wir Ihnen die gute Qualität der Seminare, des Essens sowie die besondere Atmosphäre. Damit Sie einen wunderschönen Urlaub erleben können.



ZU SICH SELBST FINDEN.

Unsere Angebote sind speziell für Menschen, die mehr von ihrem Urlaub erwarten. Eine Reise mit Inside Travel bereichert: Mit Momenten, die Körper, Seele und Geist miteinander in Einklang bringen, wertvollen Selbst-Erfahrungen und neuer Klarheit über die eigenen Ziele.



ZUEINANDER FINDEN.

Unsere ausgewählten Reiseziele sind Treffpunkt für offene und neugierige Menschen jeden Alters – besonders auch für Alleinreisende. Kommen Sie in Kontakt mit Gleichgesinnten. So manche langjährige Freundschaft hat in einem unserer Urlaubsziele begonnen!



INDIVIDUELL BERATEN.

Ihr persönliches Wohlergehen liegt uns am Herzen. Daher nehmen wir uns für jeden Kunden ausführlich Zeit. Wir beraten Sie gerne und individuell zu Zielgebieten, Workshops, Seminaren und Kursen. Gemeinsam planen wir eine Reise, die optimal zu Ihren persönlichen Entwicklungszügen passt.



SEMINARKOSTEN REDUZIEREN.

Einige SeminarleiterInnen erfüllen die Auflagen ausgewählter Krankenkassen. Eine Bezugsschussung von bis zu 150 Euro ist deshalb oft möglich. Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns eine E-Mail. Wir informieren Sie gerne über Ihre persönlichen Möglichkeiten.



BONUSPUNKTE SAMMELN.

Wir sagen Dankeschön für Ihre Treue! Für jede Reisebuchung oder Freundschaftswerbung erhalten Sie Bonuspunkte, die Sie in wertvolle Sach- & Reiseleistungen eintauschen können.



Unser Tipp:

Reisen Sie alleine und erleben Sie die Zeit mit Inside Travel als Teil einer großen Gemeinschaft noch intensiver.



Allgemeine Reisebedingungen von Inside Travel

1. Geltungsbereich

Diese Allgemeinen Reisebedingungen gelten für alle Reisen zwischen dem Kunden (m/w/d) und Inside Travel GmbH („Inside Travel“), bei welchen Inside Travel zwei verschiedene Reiseleistungen für den Zweck derselben Reise für den Kunden zusammenstellt. Sie gelten nicht für die Vermittlung touristischer Einzelleistungen durch Inside Travel.

2. Anmeldung zur Reise und Vertragsschluss

2.1 Mit seinem Buchungsauftrag bietet der Kunde Inside Travel den Abschluss eines Reisevertrages auf Grundlage der Reiseausschreibung zur betreffenden Reise und auf Basis dieser Allgemeinen Reisebedingungen verbindlich an. Der Buchungsauftrag kann mündlich, telefonisch, schriftlich oder auf elektronischem Weg erfolgen. Für die Vertragspflichten mitangemeldeter teilnehmender Personen haftet der Kunde wie für eigene, wenn er diese Verpflichtung ausdrücklich und gesondert übernommen hat.

2.2 Der Reisevertrag kommt mit der Annahme des Auftrages durch Inside Travel zustande, über die Inside Travel die anmeldende Person mit der Reisebestätigung informiert. Die Reisebestätigung wird ihr in jedem Fall, auch bei mündlicher Vertragsannahme, als Bestätigung des Vertrages auf einem dauerhaften Datenträger (z. B. E-Mail) ausgehändigt (nur im Falle des Art. 250 § 6 Abs. 1 S. 2 EGBGB in Papierform).

2.3 Kein Widerrufsrecht: Inside Travel weist darauf hin, dass nach § 312g Abs. 2 Nr. 9 BGB für die im Fernabsatz (Internetseite) angebotenen Reisen kein Widerrufsrecht besteht, sondern lediglich die gesetzlichen Rücktritts- und Kündigungsrechte gelten. Dies bedeutet, der Kunde kann bei einer Online-Buchung seine abgegebene Willenserklärung nicht widerrufen, sondern diese ist bindend. Ein Rücktritt vom Vertrag auf Basis der AGB ist stets möglich (siehe Ziff. 6). Ein Widerrufsrecht besteht nur, wenn der Vertrag außerhalb von Geschäftsräumen nach mündlichen Verhandlungen geschlossen worden ist, es sei denn, die mündlichen Verhandlungen, auf denen der Vertragsschluss beruht, sind auf vorhergehende Bestellung des Verbrauchers geführt worden.

3. Bezahlung

3.1 Nach Erhalt der Reisebestätigung und des Sicherungsscheines ist eine Anzahlung von 20 % des Reisepreises innerhalb von 7 Tagen nach Rechnungsdatum fällig und zu zahlen. Die Anzahlung wird auf den Gesamtpreis angerechnet. Die Prämie für eine vermittelte Versicherung ist mit der Anzahlung fällig.

3.2 Der Restbetrag des Gesamtpreises ist spätestens 21 Tage vor Reisebeginn fällig und zu zahlen, wenn feststeht, dass die Reise durchgeführt wird, insbesondere von Inside Travel nicht mehr nach Ziff. 8.1 abgesagt werden kann, und muss unaufgefordert bei Inside Travel eingegangen sein.

3.3 Werden fällige Zahlungen auf den Reisepreis trotz Mahnung und angemessener Frist-Setzung zur Zahlung nicht oder nicht rechtzeitig geleistet, so ist Inside Travel berechtigt, vom Vertrag zurückzutreten und den Kunden mit Schadensersatz zu belasten, dessen Höhe entsprechend der Entschädigung, wie in Ziff. 6.2 vorgesehen, festgelegt werden kann.

3.4 Zahlt der Kunde per SEPA-Lastschriftverfahren, so muss er nach Vorlage von Inside Travel ein SEPA-Lastschriftmandat erteilen und seine Bankverbindung und Adresse nennen sowie die Einwilligung zur Lastschrift erteilen. Als Vorabinformation des Kunden („Pre-Notification“) gilt im Zweifel die Reisebestätigung als Vertragsdokument. Es wird eine Frist von einem Tag für die Vorabinformation zwischen Inside Travel und dem Kunden vereinbart. Die An- und Restzahlungen werden dann entsprechend ihrer Fälligkeiten - die Anzahlung 7 Tage nach Buchung - und, soweit der Sicherungsschein übergeben ist, unter Wahrung der Frist für die Vorabinformation abgebucht.

4. Leistungen

4.1 Die vertraglich geschuldeten Leistungen von Inside Travel ergeben sich ausschließlich aus dem Inhalt der Buchungsbestätigung i. V. m. der für die betreffende Reise geltenden Leistungsbeschreibung im Prospekt und den in der Reisebestätigung verbindlich aufgeführten Sonderwünschen als Vorgabe des Kunden, welchen Inside Travel zugestimmt hat.

4.2 Wird auf Wunsch des Kunden von Inside Travel ein individueller Reiseablauf organisiert, so ergibt sich die Leistungsverpflichtung von Inside Travel ausschließlich aus dem entsprechenden konkreten Angebot an den Kunden in Verbindung mit der individuellen Reisebestätigung.

4.3 Leistungsträger (z. B. Seminarhäuser, Agenturen, Hotels, Transportunternehmen, Referenten, usw.) und Reisebüros oder sonstige Reisevermittler sind von Inside Travel nicht bevollmächtigt, Zusicherungen zu geben oder Vereinbarungen zu treffen, die über die Reiseausschreibung oder die Reisebestätigung von Inside Travel hinausgehen oder im Widerspruch dazu stehen oder den bestätigten Inhalt des Reisevertrages abändern.

5. Preis- und Vertragsänderungen nach Vertragsschluss

5.1 Inside Travel behält sich vor, den Reisepreis nachträglich einseitig zu erhöhen, wenn die Erhöhung des Reisepreises sich unmittelbar aus einer tatsächlich erst nach Vertragsschluss erfolgten und bei Abschluss des Vertrages nicht vorhersehbaren a) Erhöhung des Preises für die Beförderung von Personen aufgrund höherer Kosten für Treibstoff oder anderer Energieträger, b) einer Erhöhung der Steuern und sonstigen Abgaben für vereinbarte Reiseleistungen, wie Touristenabgaben, Hafen- oder Flughafengebühren, oder c) einer Änderung der für die betreffende Pauschalreise geltenden Wechselkurse ergibt. Der Reisepreis wird in den genannten Fällen in dem Umfang geändert, wie sich die Erhöhung der in a) bis c) genannten Faktoren pro Person auf den Reisepreis auswirkt. Sollte dies der Fall sein, wird Inside Travel den Kunden umgehend auf einem dauerhaften Datenträger (z. B. per E-Mail) klar und verständlich über die Preiserhöhung und deren Gründe unterrichten und hierbei die Berechnung der Preiserhöhung mitteilen. Eine Preiserhöhung ist nur wirksam, wenn sie den in diesem Absatz genannten Anforderungen entspricht und die Unterrichtung des Kunden nicht später als 20 Tage vor Reisebeginn erfolgt. Der Kunde kann eine Senkung des Reisepreises verlangen, wenn und soweit sich die in Ziff. 5.1 unter a) bis c) genannten Faktoren nach Vertragsschluss und vor Reisebeginn geändert haben und dies zu niedrigeren Kosten von Inside Travel führt.

5.2 Inside Travel behält sich vor, nach Vertragsschluss andere Vertragsbedingungen als den Reisepreis einseitig zu ändern, wenn die Änderungen unerheblich sind. Dies kann insbesondere der Fall sein bei Flugzeitenänderungen um bis zu 4 Stunden, Austausch des Start- und / oder Zielflughafens, erforderlichen Routenänderungen, auch von Flugstrecken, oder Änderungen des Zeitplans, insbesondere wegen des Streiks von Beförderungsunternehmen, Routenänderungen wegen Naturereignissen oder widrige Wetterbedingungen, wie etwa Erdrutsch, Überschwemmung, jeweils in zumutbarem Umfang, notwendigen Änderungen von Zeitpunkt und Reihenfolge von Programmpunkten oder dem Austausch von Leistungsträgern bei Ausfall derselben in zumutbarem Umfang, auch bei Personenänderungen bei Verhinderung oder Krankheit. Inside Travel wird den Kunden hierüber unverzüglich nach Kenntnis von dem Änderungsgrund auf einem dauerhaften Datenträger (z. B. per E-Mail) klar, verständlich und in hervorgehobener Weise über die Änderung unterrichten. Die Änderung ist nur wirksam, wenn sie diesen Anforderungen entspricht und vor Reisebeginn erklärt wird.

5.3 Übersteigt die in Ziff. 5.1 vorbehaltene Preiserhöhung 8 % des Reisepreises, kann Inside Travel sie nicht einseitig vornehmen. Inside Travel kann indes dem Kunden eine entsprechende Preiserhöhung anbieten und verlangen, dass er innerhalb einer von Inside Travel bestimmten, angemessenen Frist, (1) das Angebot zur Preiserhöhung annimmt oder (2) seinen Rücktritt vom Vertrag erklärt. Das Angebot zu einer Preiserhöhung kann nicht später als 20 Tage vor Reisebeginn unterbreitet werden. Kann Inside Travel die Reise aus einem nach Vertragsschluss eingetretenen Umstand nur unter erheblicher Änderung einer der wesentlichen Eigenschaften der Reiseleistungen (Art. 250 § 3 Nr. 1 EGBGB) oder nur unter Abweichung von besonderen Vorgaben des Kunden, die Inhalt der Vertrages geworden sind, verschaffen, so gilt Satz 2 dieser Ziff. 5.4 entsprechend, d. h. Inside Travel kann dem Kunden die entsprechende andere Vertragsänderung anbieten und verlangen, dass der Kunde innerhalb einer von Inside Travel bestimmten Frist, die angemessen sein muss, (1) das Angebot zur Vertragsänderung annimmt oder (2) seinen Rücktritt vom Vertrag erklärt. Das Angebot zu einer solchen sonstigen Vertragsänderung kann nicht nach Reisebeginn unterbreitet werden. Nach dem Ablauf der genannten Frist gilt das Angebot zur

Preiserhöhung oder sonstigen Vertragsänderung als angenommen.

5.4 Inside Travel kann dem Kunden in ihrem Angebot zu einer Preiserhöhung oder sonstigen Vertragsänderung nach Ziff. 5.3 wahlweise auch die Teilnahme an einer anderen Pauschalreise (Ersatzreise) anbieten, über die Inside Travel den Kunden nach Art. 250 § 10 EGBGB zu informieren hat.

6. Rücktritt durch den Kunden, Umbuchungen, Ersatzpersonen

6.1 Der Kunde kann jederzeit vor Reisebeginn vom Vertrag zurücktreten. Maßgeblich ist der Zugang der Rücktrittserklärung bei Inside Travel. Es wird empfohlen, den Rücktritt schriftlich oder in Textform zu erklären.

6.2 Wenn der Kunde zurücktritt, kann Inside Travel eine angemessene Entschädigung verlangen. Inside Travel behält sich vor, die Entschädigung pauschaliert oder konkret zu berechnen. Pauschaliert bestimmt sich die Entschädigung, orientiert nach dem Zeitraum zwischen der Rücktrittserklärung des Kunden und dem Reisebeginn, der zu erwartenden Ersparnis von Aufwendungen und dem zu erwartenden Erwerb durch anderweitige Verwendung der Reiseleistungen, in Prozent des Reisepreises wie folgt:

bis 30. Tag vor Reisebeginn:	20 % des Reisepreises
ab 29. bis 22. Tag vor Reisebeginn:	30 % des Reisepreises
ab 21. bis 15. Tag vor Reisebeginn:	45 % des Reisepreises
ab 14. bis 7. Tag vor Reisebeginn:	60 % des Reisepreises
ab 6. Tag vor Reisebeginn / bei Nichtantritt:	90 % des Reisepreises

Es steht dem Kunden stets frei, nachzuweisen, dass Inside Travel ein Schaden überhaupt nicht oder nur in wesentlich niedrigerer Höhe als der berechneten Pauschalen entstanden ist. Inside Travel behält sich vor, anstelle der vorgenannten Pauschalen die Höhe der Entschädigung anhand der im Einzelfall ihr tatsächlich entstandenen Kosten, wie etwa Stornierungskosten für Leistungsträger vor Ort oder Vermittler, konkret zu berechnen und diese Entschädigung vom Kunden zu fordern. Dabei kann Inside Travel auf Wunsch des Kunden die Höhe der Entschädigung begründen.

6.3 Inside Travel empfiehlt dem Kunden den Abschluss einer Reise-Rücktrittskostenversicherung und einer Versicherung zur Deckung der Rückführungskosten bei Unfall oder Krankheit.

6.4 Ein rechtlicher Anspruch des Kunden auf Umbuchungen (Änderungen hinsichtlich des Reisetermins, des Reiseziels, des Ortes des Reiseantritts, der Unterkunft oder Beförderungsart) besteht nicht. Werden auf Wunsch des Kunden dennoch nach der Buchung der Reise Umbuchungen vorgenommen, kann Inside Travel bis zum 22. Tag vor Reiseantritt ein Umbuchungsentgelt von Euro 50,- pro Umbuchungsvorgang erheben. Danach sind Änderungen nur nach vorherigem Rücktritt vom Reisevertrag unter gleichzeitiger Neuanmeldung unter den in Ziff. 6.2 genannten Bedingungen möglich. Es bleibt dem Kunden unbenommen, nachzuweisen, dass kein oder nur ein geringerer Schaden als Euro 50,- bei der Umbuchung anfiel.

6.5 Sollte der Kunde die Reise nicht antreten können, kann er innerhalb einer angemessenen Frist vor Reisebeginn auf einem dauerhaften Datenträger (z. B. per E-Mail) erklären, dass statt seiner ein Dritter in die Rechte und Pflichten aus dem Reisevertrag eintritt. Die Erklärung ist in jedem Fall rechtzeitig, wenn sie Inside Travel nicht später als sieben Tage vor Reisebeginn zugeht. Inside Travel kann dem Eintritt des Dritten wider-sprechen, wenn dieser Dritte die vertraglichen Reiseerfordernisse nicht erfüllt. Tritt ein Dritter in den Vertrag ein, haften er und der Kunde gegenüber Inside Travel als Gesamtschuldner für den Reisepreis und die durch den Eintritt des Dritten entstehenden Mehrkosten. Inside Travel darf eine Erstattung von Mehrkosten nur fordern, wenn und soweit diese angemessen und ihm tatsächlich entstanden sind. Inside Travel hat dem Kunden einen Nachweis darüber zu erteilen, in welcher Höhe durch den Eintritt des Dritten Mehrkosten entstanden sind.

6.6 Erfolgt der Rücktritt des Kunden wegen eines Angebots über eine Preiserhöhung über 8 % des Reisepreises oder wegen einer in Ziff. 5.3 genannten, erheblichen Vertragsänderungen, so ist der Rücktritt des Kunden kostenfrei. Der Entschädigungsanspruch des Reiseveranstalters entfällt ferner in Fällen des § 651h Abs. 3 S. 1 BGB.

7. Nicht in Anspruch genommene Leistungen

Nimmt der Kunde einzelne Reiseleistungen, die Inside Travel ihm ordnungsgemäß angeboten hat, infolge vorzeitiger Rückreise, wegen Krankheit oder aus anderen Gründen, die ausschließlich vom Kunden zu vertreten sind, nicht in Anspruch, so hat er keinen Anspruch auf anteilige Rückerstattung des Reisepreises.

8. Rücktritt und Kündigung durch Inside Travel

8.1 Inside Travel kann bis 21 Tage vor dem vereinbarten Reisebeginn wegen Nichterrechens der Mindestteilnehmerzahl vom Vertrag zurücktreten und die Reise absagen, wenn sie in der jeweiligen vorvertraglichen Unterrichtung diese Zahl beifert sowie den Zeitpunkt, bis zu welchem vor dem vertraglich vereinbarten Reisebeginn dem Kunden spätestens die Rücktrittserklärung zugegangen sein muss, angegeben hat, und in der Reisebestätigung nochmals diese Zahl und die späteste Rücktrittsfrist angibt.

8.2 Gleichermaßen kann Inside Travel von dem vereinbarten Reisebeginn vom Vertrag zurücktreten, wenn Inside Travel aufgrund unvermeidbarer, außergewöhnlicher Umstände an der Erfüllung des Vertrages gehindert ist. Tritt Inside Travel vom Reisevertrag zurück, so werden dem Kunden auf den Reisepreis geleistete Zahlungen zurückerstattet.

9. Obliegenheiten des Kunden, Seminare und Gesundheit

9.1 Der Kunde muss Inside Travel unverzüglich informieren, wenn er die erforderlichen Reiseunterlagen nicht bis 8 Tage vor Reisebeginn oder in dem von Inside Travel genannten Zeitraum erhalten hat oder wenn seine Unterlagen oder Flugtickets falsche Angaben, etwa bezüglich personenbezogener Daten, enthalten. Insbesondere falsch geschriebene Namen können zur Nichtmitnahme durch eine Fluggesellschaft oder zu Problemen bei der Einreise führen, wenn ein Flug mitgebucht wurde.

9.2 Der Kunde ist zur Beachtung der ihm in der Reiseausschreibung und / oder den übermittelten Reiseunterlagen enthaltenen Hinweisen, insbesondere der von Inside Travel übermittelten Reise- und Gesundheitstipps, verpflichtet. Es obliegt dem Kunden, vor der Reise ggf. unter Einbeziehung fachkundigen ärztlichen Rates selbst zu prüfen und überprüfen zu lassen, ob eine Teilnahme an den Kursen mit der jeweiligen körperlichen Verfassung vereinbar ist und diese die von der Reise vorgesehene Heilbehandlung, insbes. Ayurveda-Behandlungen, zulässt.

9.3 Der Kunde ist verpflichtet, bei aufgetretenen Leistungsstörungen im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen mitzuwirken, eventuelle Schäden zu vermeiden oder gering zu halten.

9.4 Der Kunde hat selbst sicherzustellen, dass er am Abreiseort rechtzeitig erscheint, insbesondere bei Eigenanreise durch selbst gebuchte Flüge. Bei Letzterem muss sich der Kunde mindestens drei Stunden vor Abflug am Flughafen einfinden, um Check-In, Sicherheitskontrollen rechtzeitig passieren zu können. Ebenso sollte bei der Eigenbuchung von Anschlussflügen ein erheblicher zeitlicher Spielraum eingeplant werden und möglichst ein Tarif gewählt werden, bei dem Umbuchungen jederzeit kostenfrei oder zu geringen Kosten möglich sind. Auch bei der Buchung von Rail & Fly-Tickets hat der Kunde bei nationalen und internationalen Flügen sicherzustellen, dass er eine Bahnanfahrt zum Flughafen auswählt, die ihm erlaubt, mindestens drei Stunden vor der Abflugzeit am Flughafen einzutreffen.

10. Weitere Obliegenheiten des Kunden, Mängel, Gepäckverspätung

10.1 Der Kunde hat auftretende Mängel unverzüglich anzugeben und um Abhilfe innerhalb angemessener Frist zu ersuchen. Dies kann gegenüber der Reiseleitung oder unter der unten genannten Adresse / Telefonnummer geschehen. **Soweit Inside Travel infolge einer schuldhaften Unterlassung der Anzeige nach Satz 1 nicht Abhilfe schaffen konnte, ist der Kunde nicht berechtigt, die in § 651m BGB bestimmten Rechte geltend zu machen oder nach § 651n BGB Schadensersatz zu verlangen.** Verlangt der Kunde Abhilfe, hat Inside Travel den Reisemangel zu beseitigen. Inside Travel kann die Abhilfe nur verweigern, wenn sie unmöglich ist oder unter Berücksichtigung des Ausmaßes des Reisemangels und des Wertes der betroffenen Reiseleistung mit unverhältnismäßigen Kosten verbunden ist. Inside Travel kann in der Weise Abhilfe schaffen, dass sie eine gleich- oder höherwertige Ersatzleistung erbringt. Kann Inside Travel

die Beseitigung des Mangels verweigern und betrifft der Mangel einen erheblichen Teil der Reiseleistungen, hat Inside Travel Abhilfe durch angemessene Ersatzleistungen anzubieten.

10.2 Gepäckschäden, Zustellungsverzögerungen bei Gepäck oder Gepäckverlust im Zusammenhang mit Flügen sind nach internationalem Übereinkommen binnen 7 Tagen bei Gepäckverlust und binnen 21 Tagen bei Gepäckverspätung nach Aushändigung des Gepäcks anzugeben, wobei empfohlen wird, unverzüglich an Ort und Stelle die Verlust- oder Schadensanzeige bei der zuständigen Fluggesellschaft zu erheben und den Schaden dann auch nochmals schriftlich geltend zu machen. Darüber hinaus ist der Verlust, die Beschädigung oder die Fehlleitung von Reisegepäck der örtlichen Reiseleitung oder Inside Travel gegenüber anzugeben, wenn reiserechtliche Gewährleistungsansprüche geltend gemacht werden.

10.3 Wird eine Reise infolge eines Mangels erheblich beeinträchtigt, kann der Kunde den Vertrag kündigen. Die Kündigung ist erst zulässig, wenn Inside Travel eine ihr vom Kunden bestimmte angemessene Frist hat verstreichen lassen, ohne Abhilfe zu leisten. Der Bestimmung einer Frist bedarf es nur dann nicht, wenn die Abhilfe von Inside Travel verweigert wird oder wenn die sofortige Abhilfe notwendig ist. Wird der Vertrag vom Kunden gekündigt, so behält Inside Travel hinsichtlich der erbrachten und der zur Beendigung der Reise noch zu erbringenden Reiseleistungen den Anspruch auf den vereinbarten Reisepreis; Ansprüche des Kunden nach § 651i Abs. 3 Nr. 6 und 7 BGB bleiben unberührt.

11. Pass- und Visumerfordernisse, Gesundheitsvorschriften

11.1 Inside Travel informiert jeden Kunden über Pass- und Visumerfordernisse und gesundheitspolizeiliche Formalitäten (z. B. polizeilich vorgeschriebene Impfungen und Atteste) des Bestimmungslandes, die für die Reise und den Aufenthalt erforderlich sind, einschließlich der ungefähren Fristen für die Erlangung von Visa.

11.2 Derzeit sind für die Anreise zu den Kursorten in Europa für Deutsche lediglich ein gültiger Personalausweis oder Reisepass und keine Visa nötig. Bezüglich aller anderen Länder informiert Inside Travel den jeweiligen Kunden im Reisekatalog oder in separaten, vorvertraglichen Informationen über die obigen Bestimmungen, die für das jeweilige Reiseland gültig sind, sowie über die ungefähren Fristen zur Erlangung der für die Reise notwendigen Unterlagen.

11.3 Der Kunde ist für die Einhaltung aller für die Durchführung der Reise wichtigen Vorschriften selbst verantwortlich. Alle Nachteile, die aus dem Nichtbefolgen dieser Vorschriften erwachsen, z. B. die Zahlung von Rücktrittskosten, gehen zu seinen Lasten, es sei denn, sie sind durch eine schuldhafte Falsch- oder Nichtinformation von Inside Travel bedingt.

11.4 Der Kunde sollte sich über die von Inside Travel gegebenen Informationen hinaus über Infektions- und Impfschutz sowie andere Prophylaxemaßnahmen rechtzeitig informieren und ggf. ärztlichen Rat zu Thrombose- und anderen Gesundheitsrisiken einholen. Auf allgemeine Informationen, insbesondere bei den Gesundheitsämtern, reisemedizinisch erfahrenen Ärzten, Tropenmedizinern (z. B. Internetseite des Bernhard-Nocht-Institutes in Hamburg), reisemedizinischen Informationsdiensten oder der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung wird (unabhängig von 11.1) verwiesen.

12. Informationspflichten über Identität des ausführenden Luftfahrtunternehmens

Inside Travel ist gemäß EU-VO Nr. 2111/05 verpflichtet, den Kunden über die Identität des jeweiligen Luftfahrtunternehmens sämtlicher im Rahmen der gebuchten Reise zu erbringenden Flugbeförderungsleistungen bei Buchung zu informieren. Steht die ausführende Fluggesellschaft zu diesem Zeitpunkt noch nicht fest, so muss Inside Travel diejenige Fluggesellschaft nennen, die die Flugbeförderung wahrscheinlich durchführen wird und sicherstellen, dass der Kunde unverzüglich Kenntnis der Identität erhält, sobald diese feststeht. Gleichtes gilt, wenn die ausführende Fluggesellschaft wechselt. Inside Travel muss unverzüglich alle angemessenen Schritte einleiten, um sicherzustellen, dass der Kunde so rasch wie möglich über den Wechsel unterrichtet wird. Die Liste der Fluggesellschaften mit einem Flugverbot in der EU, ist auf der Internetseite https://transport.ec.europa.eu/transport-themes/eu-air-safety-list_en in einer deutschen Übersetzung einsehbar.

w

13. Haftung und Haftungsbeschränkung

Die vertragliche Haftung von Inside Travel für Schäden, die keine Körperschäden sind und nicht schuldhaft herbeigeführt werden, ist auf den dreifachen Reisepreis beschränkt. Die genannten Haftungsbeschränkungen gelten nicht für Ansprüche, die nach Montrealer Übereinkommen gegeben sind.

14. Datenschutz und Widerspruchsrechte des Kunden

14.1 Über die Verarbeitung seiner personenbezogenen Daten informiert Inside Travel den Kunden in der Datenschutzerklärung auf der Website und bei Kontaktaufnahme im Datenschutzhinweis. Inside Travel hält bei der Verarbeitung personenbezogener Daten die Bestimmungen des BDSG und der DSGVO ein. Personenbezogene Daten sind alle Daten, die sich auf eine Person persönlich beziehen und sie identifizieren (z. B. Name, Anschrift, E-Mail-Adresse). Diese Daten werden verarbeitet, soweit es für die ange-messene Bearbeitung der Anfrage oder Buchungsanfrage des Kunden, zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen oder für die Vertragserfüllung aus dem Reisevertrag erforderlich ist. Die Datenverarbeitung ist nach Art. 6 Abs. 1 S. 1 lit. b DSGVO zu den genannten Zwecken zulässig. Die Daten werden ohne die ausdrückliche Zustimmung des Kunden nicht an nicht berechtigte Dritte weitergegeben. Der Kunde hat jederzeit die Möglichkeit, seine gespeicherten personenbezogenen Daten abzurufen, über sie Auskunft zu verlangen, sie ändern, berichtigen oder löschen zu lassen, ihre Verarbeitung einschränken zu lassen, ihrer Verarbeitung zu widersetzen, sie übertragen zu lassen oder sich bei einer Aufsichtsbehörde über die Verarbeitung zu beschweren (sämtliche Rechte der Art. 15 bis 20 DSGVO). Die Daten werden gelöscht, wenn sie für die Vertragserfüllung nicht mehr erforderlich sind oder wenn ihre Speicherung gesetzlich unzulässig ist. **Soffern personenbezogene Daten auf Grundlage von berechtig-ten Interessen gem. Art. 6 Abs. 1 S. 1 lit. f DSGVO verarbeitet werden, hat der Kunde das Recht, gem. Art. 21 DSGVO Widerspruch gegen die Verarbeitung der personenbezogenen Daten einzulegen, soweit dafür Gründe vorliegen, die sich aus seiner besonderen Situation ergeben. Der Kunde kann unter der Adresse info@inside-travel.com mit einer E-Mail von seinem Widerspruchsrecht Gebrauch machen oder Inside Travel unter der unten genannten Adresse kontaktieren.**

14.2 Mit einer Nachricht an info@inside-travel.com kann der Kunde auch der Nutzung oder Verarbeitung seiner Daten für Zwecke der Werbung, Markt- oder Meinungsforschung oder zu Marketingzwecken jederzeit kostenfrei widersprechen.

15. Sonstiges, Verbraucherschlichtung

15.1 Auf das gesamte Vertrags- und Rechtsverhältnis zwischen dem Kunden und Inside Travel findet ausschließlich deutsches Recht Anwendung. Soweit der Kunde Kaufmann oder juristische Person des privaten oder des öffentlichen Rechtes oder eine Person ist, die ihren Wohnsitz oder gewöhnlichen Aufenthaltsort im Ausland hat, oder deren Wohnsitz oder gewöhnlicher Aufenthalt im Zeitpunkt der Klageerhebung nicht bekannt ist, wird als Gerichtsstand der Sitz von Inside Travel vereinbart.

15.2 Inside Travel nimmt nicht an einer Streitbeilegung vor einer Verbraucherschlichtungsstelle teil und ist auch nicht verpflichtet, an solchen Verfahren teilzunehmen. Ein internes Beschwerdeverfahren existiert nicht.

Reiseveranstalter:

INSIDE TRAVEL GMBH

Klaus-Honauer-Str. 1 • D-83512 Wasserburg a. Inn

Tel.: (08071)2781, Fax: (08071)5824,

E-Mail: info@inside-travel.com • Internet: www.inside-travel.com

Bürozeiten: Montag bis Freitag 10:00–17:00 Uhr (Kernarbeitszeit)

Notrufnummer für Reisen in den Reiseunterlagen. USt-ID gem. § 27a UStG: DE 131199860; Wesentliche Merkmale der Dienstleistung: Reiseveranstaltung, Reiseveranstalter-Haftpflichtversicherung: Nürnberger Versicherungs AG, 90334 Nürnberg, Telefon: (0911) 531 6666, Telefax: (0911) 531 3206, Räumlicher Geltungsbereich der Versicherung: weltweit. Auf der Reisevertrag findet deutsches Recht Anwendung. Inside Travel GmbH vermittelt Reiseversicherungen als erlaubnisfreier Annexvermittler gem. § 34d Abs. 8 Nr. 1 GewO. Beschwerdestelle bei Streitigkeiten mit Versicherungsvermittlern: Versicherungsbundesamt e.V., Postfach 080632, 10006 Berlin, Tel. 0800-3696000.

E-Mail: beschwerde@versicherungsbundesamt.de

Homepage: www.versicherungsbundesamt.de

Erleben Sie die Vielfalt!



Allein reisen.
Gemeinschaft erleben.

Reisen, die Sie in
die Welt führen und
gleichzeitig
nach Innen.



Zu sich selbst finden.

Unsere Angebote sind
speziell für Menschen,
die mehr von ihrem
Urlaub erwarten.



Reise- & Seminar-
veranstalter.

Wir übernehmen die
Organisation und Abwicklung
ihrer Seminare in
ausgewählten
Zentren am Meer.



Individuelle Beratung.

Für uns ist und bleibt
jeder Gast einzigartig
und soll seinen eigenen
Traum vom Urlaub
verwirklichen.



INSIDE  **travel**

Reisen für dich. Zu dir.

Inside Travel GmbH
Klaus-Honauer-Straße 1
83512 Wasserburg am Inn

Tel. +49 (0)80 71 / 27 81
Fax +49 (0)80 71 / 58 24

www.inside-travel.com
info@inside-travel.com