



EUROPA: TÜRKEI

HATHA- & YIN-YOGA AN DER LYKISCHEN KÜSTE

- > Täglich Hatha- & Yin-Yoga
- > Yoga-Woche unter Gleichgesinnten
- > Weiter Blick auf die Bucht von Adrasan
- > Deutsch-türkische Gastfreundschaft

Sie wünschen sich eine Auszeit vom Alltag und suchen einen kleinen Wohlfühlort, an dem Sie Kraft tanken, Yoga praktizieren und nette Menschen kennenlernen können? Dann kommen Sie mit Heidi Rath in die LYKIA lodge! Belohnen Sie sich mit einem Yoga-Retreat und gönnen Sie sich entspannte Momente! In dieser Woche gewinnen Sie neue Eindrücke, die Sie nachhaltig ausgeglichener werden lassen.

Gemeinsam üben Sie täglich 6x 90 Minuten Hatha-Yoga am Vormittag. An vier Abenden üben Sie zusätzlich regenerierende Yin-Einheiten. Gemeinsam oder alleine, wie Sie es möchten, gestalten Sie die freie Zeit und erkunden die ursprüngliche Bucht von Adrasan.

Die LYKIA lodge

Im Haupthaus werden Sie mit einer besonderen Atmosphäre empfangen. Ein offener Kamin und die gemütlichen Sofas laden direkt zum Ankommen ein. Dies wird durch die vielen verschiedenen Rückzugsmöglichkeiten in der gesamten Anlage noch verstärkt. Viel Ruhe und Freiraum finden Sie in einer der türkischen Sitzecken, auch Köşk genannt, oder in einer der vielen Hängematten. Hier ist für jeden das richtige Plätzchen dabei. Lauschen Sie dem Wind, während Sie Ihren Blick auf das Meer schweifen lassen. Eingerahmt von Bergen und Meer vermittelt die LYKIA lodge ein besonderes Gefühl der Geborgenheit. Der hauseigene Pool bietet eine willkommene Erfrischung und auf Wunsch können Sie eine ganzheitliche Massage hinzubuchen. Zum Team gehören auch ein paar Kätzchen, die frei auf dem Gelände herumlaufen und sich über Streicheleinheiten freuen.

Nachhaltigkeit hat im Seminarhaus eine große Bedeutung. So wird die Wasserversorgung der Anlage zentral über Solarenergie versorgt. Außerdem gibt es ein eigenes Abwassersystem mit einer Bio-Kläranlage und eine Recycling-Station zur umweltverträglichen Müllentsorgung. Mittlerweile gibt es sogar ein eigenes Gewächshaus, in dem ein Großteil des Gemüses selber angebaut wird.

##Lage & Umgebung

Adrasan - unberührte Bucht abseits vom Massentourismus

Durch die geschützte Lage der Adrasan Bucht, ist das Baden hier fast ganzjährig möglich. Der Strand, (halb Kies, halb Sand) und tiefblaues, kristallklares Wasser erwarten Sie. Der Strand ist in 20 Minuten fußläufig zu erreichen, hier finden Sie landestypische Lokale und Läden. Alternativ werden außer sonntags täglich Strandtransfers angeboten. Der beschauliche Ort Adrasan, auch Cavusköy genannt, bietet die Möglichkeit die ursprüngliche Türkei kennenzulernen. Nur ein paar Autominuten entfernt liegen antike Stätten mit imposanten Bauten. Begeben Sie sich auf die Reise und entdecken Sie alte Kultur zum Greifen nah. Sie wünschen etwas Ruhe und Zeit für sich? Hierfür bietet sich ein individueller Besuch im Paradies Café an, der Name ist Programm!

##Wohnen

Die ebenerdigen Holzbungalows sind über die gesamte Anlage verteilt. Insgesamt gibt es 33 geräumige und gut ausgestattete Zimmer. Alle Zimmer verfügen über eine kleine Terrasse, ein eigenes Bad mit Dusche/WC und eine Klimaanlage, über die auch geheizt werden kann. An den Fenstern befinden sich Fliegengitter. In den Zimmern ist Rauchen nicht gestattet, es gibt oberhalb des Gartens eine gemütliche und überdachte Raucherercke. Im Haupthaus, in dem sich auch die Rezeption und das Restaurant befinden, steht Ihnen kostenloses WLAN und ein PC zur Verfügung. Poolhandtücher und Haartrockner können ebenfalls im Seminarhaus ausgeliehen werden. Die Zimmer sind bewusst schlicht gehalten und so konzipiert, dass Sie frei von elektromagnetischer Strahlung schlafen können.

##Genießen

Die mediterrane türkische Küche erwartet Sie mit vielen leckeren Köstlichkeiten. Die LYKIA lodge bietet Ihnen eine vegetarische und vegane Vollpension, die einmal pro Woche samstags durch Fisch- oder Fleischgerichte ergänzt wird. Morgens und abends wartet jeweils ein reichhaltiges Buffet auf Sie. Mittags bietet die lodge ebenfalls ein reichhaltiges Buffet bestehend aus Salaten, einigen kleinen Vorspeisen und einer warmen Hauptmahlzeit. Zur Stärkung werden frisches Quellwasser, Tee, türkischer Çay, Ingwerwasser und Kräuter für den Tee sowie Obst und Süßspeisen ganztägig zur Verfügung gestellt. Die Mahlzeiten sind alle hausgemacht, Brot und Gebäck wird frisch gebacken. Auch auf Lebensmittelunverträglichkeiten wird gerne eingegangen.

##Anreisen

Sie fliegen bis nach Antalya, welches sich ca. 90 km östlich von Adrasan befindet. Gerne sind wir Ihnen bei der Suche nach einem passenden Flug ab Ihrem gewünschten Abflughafen behilflich. Am Sonntag stehen Ihnen jeweils fünf kostenlose Transfers zu festgesetzten Zeiten zur Verfügung.

Das Team des Seminarhauses Lykia setzt sich aktiv mit einer nachhaltigen Arbeitsweise auseinander. So wird die Wasserversorgung der Anlage zentral über Solarenergie und im Winter über eine Wärmetauschpumpe versorgt. Es gibt ein Abwassersystem mit einer Bio-Kläranlage und eine Recycling-Station zur umweltverträglichen Müllentsorgung. Außerdem wird im Haus auf Plastikflaschen verzichtet. Regelmäßig werden vom Team Strandreinigungsaktionen organisiert. Ganz aktuell engagiert sich das Team aktiv für die Aufforstung nach den Waldbränden in Manavgat.

Die Lebensmittel werden saisonal und regional eingekauft. Einiges an Obst und Gemüse wird vor Ort selbst angebaut.

In dieser Woche können Sie sich Ruhe und Abstand gönnen. Gemeinsam mit Gleichgesinnten genießen Sie eine Woche mit entspannenden Hatha- und Yin-Yoga Einheiten. Zwischendurch bleibt viel Zeit für Ausflüge oder zum Entspannen.



TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
25.08.2024	01.09.2024	✓	1.190 €

Viele = ✓ Wenige = ! keine = ✗

LEISTUNGEN

- > Flughafentransfer im PKW oder Kleinbus ab/bis Antalya (sonntags je fünfmal pro Tag)
- > 7 Übernachtungen im geteilten Doppelzimmer mit eigener Dusche/WC, vorbehaltlich Gegenbuchung
- > Vegetarische, vegane Vollpension (F, M, A), zusätzlich tagsüber Quellwasser, Kräutertees, türkischer Çay, frisches Obst, Süßspeisen
- > 6x 90 Minuten Hatha-Yoga am Morgen • 4x Yin-Yoga am Abend • Gästebetreuung durch das Lykia Team • NEUE WEGE Informationsmaterial • Atmosfair-Beitrag (100%ige Co2-Kompensation Ihres Fluges)

ZUSATZLEISTUNGEN

- > (0 €)
pro Person im Doppelzimmer Twin Bed mit eigener Dusche/WC - ohne Aufpreis
- > (60 €)
Einzelzimmer Mini mit eigener Dusche/WC:
- > (120 €)
Einzelzimmer Twin Bed mit eigener Dusche/WC:
- > (150 €)
Doppelzimmer zur Alleinnutzung mit großem Doppelbett und eigener Dusche/WC
- > (0 €)
Flug ab Ihrem gewünschten Flughafen (Preis auf Anfrage)
- > (0 €)
Reiseversicherung (Preis auf Anfrage)

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > Tourismus-Abgabe der Türkei von 2% des Hotelpreises vor Ort zu zahlen

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 1

Maximalanzahl von Personen: 25

ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- > Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 20%
- > Fälligkeit der Restzahlung: 14 Tage vor Reisebeginn
- > Sofern bei der Reise eine Mindestteilnehmerzahl ausgeschrieben ist, ist bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl ein Rücktritt vom Reisevertrag seitens des Veranstalters bis spätestens 14 vor Reisebeginn möglich.
- > Bitte bei Zahlung immer Rechnungsnr. und Kundennr. (s.o.) angeben. Durch diese Bestätigung wird Ihre Anmeldung rechtsverbindlich. Bitte überprüfen Sie daher unbedingt, ob die Namen auf dieser Bestätigung korrekt sind. Die Schreibweise von Vorname und Namen im Ticket muss mit der Schreibweise im Reisepass, bzw. Ausweis übereinstimmen. Eine weitere Zahlungsaufforderung erfolgt nicht mehr. Überweisen Sie bitte Anzahlung und Restzahlung auf unser Konto IBAN: DE83382501100003000478, BIC: weladed1eus bei der KSK Euskirchen. Leisten Sie bitte die Restzahlung bis spätestens 14 Tage vor Reisebeginn, damit wir Ihnen die Reiseunterlagen rechtzeitig zusenden können. Anbei finden Sie den gesetzlich vorgeschriebenen Sicherungsschein zur Absicherung Ihrer Gelder. Dieser Buchungsbestätigung liegen unsere Reisebedingungen und die unserer Leistungsträger zugrunde. Beachten Sie die Hinweise in unseren AGBs zu: Obliegenheit zur Mängelanzeige: Ziff. 10.1; Vertragskündigung wg. Mängelanzeige: Ziff. 10.2; Ausschlussfrist: Ziff. 10.3 und Verjährung: Ziff. 10.5. Die Umsatzsteuer richtet sich nach der Sonderregelung für Reisebüros laut §25 USTG. Nach Eingang des gesamten Betrages, aber frühestens 14 Tage vor Reisebeginn erhalten Sie von uns die letzten Reiseunterlagen.

Alle Fragen zur Ausschreibung beantwortet Ihnen der jeweilige Veranstalter unter den oben aufgeführten Kontaktdaten, der für die Angaben und Informationen zur Reise verantwortlich ist.