



EUROPA: PORTUGAL

DANA® AERIAL YOGA MIT DHANYA MEGGERS

- > Aerial-Yoga mit Dhanya Meggers
- > Direkte Lage am Meer
- > Surfen, SUP & Fahrradtouren
- > Nachhaltige Bauweise

Auf dieser Reise erwarten Sie inspirierende DANA® AERIAL YOGA Einheiten in direkter Umgebung des Atlantiks! DANA® AERIAL YOGA hilft Ihnen loszulassen, Vertrauen zu entwickeln und wirklich ganz bei sich anzukommen. Körper, Geist und Seele können regenerieren und sich ausgleichen, um danach wieder neu durchstarten zu können. Dabei fließen alle Bereiche des Yoga mit ein wie z. B. Mantren, Pranayama (Atemübungen) und Meditation.

Jeder Tag beginnt mit einer Meditation & DANA® AERIAL YOGA. Am späten Nachmittag werden Sie noch einmal eine kleine DANA AERIAL YOGA Sequenz zusammen erleben. Genießen Sie diese besondere Zeit und lassen Sie sich ein auf diese innere Reise in traumhafter Umgebung.

Vier-Sterne Komfort direkt am Meer

Als erstes Sporthotel Portugals bietet das Hotel Feel Viana die Möglichkeit, Neues auszuprobieren und den Geist zu erfrischen. Wie wäre es mit einer Probestunde im Stand Up Paddeln oder sogar Kite surfen? Eine tolle Ergänzung zu den wohltuenden Yoga-Stunden, bei welchen der Körper genießt, flexibler und kräftiger zu werden. Oder Sie atmen tief durch bei einem langen Spaziergang am Cabedelo Strand, der über einen kurzen Holzpfad, vorbei an Pinienbäumen und Sanddünen, zu erreichen ist!

Das Haus wurde architektonisch in die Landschaft eingebettet, hier mischen sich Komfort und lockere Atmosphäre. Es wurde mit viel Holz und einem interessanten Duftkonzept in den einzelnen Bereichen des Hotels gestaltet, welches die Sinne anregt. Der Yoga-Raum bietet einen schönen Rahmen für die vitalisierenden Yoga-Einheiten. Diesen können Sie im Anschluss auf der Lounge Terrasse mit Blick auf den Pinienwald und Ozean nachspüren. Für eine Erfrischung sorgen der saisonale Außenpool sowie der ansprechende Indoor-Pool. Sollten Sie Lust auf Wellness haben, empfehlen wir Ihnen eine der wohltuenden Massagen. Auch die Sauna und das Dampfbad lassen alle Muskeln sanft entspannen.

Das grüne Nordportugal entdecken

Nur eine kurze Fährfahrt entfernt, liegt auf der gegenüberliegenden Seite des Rio Lima das Städtchen Viana do Castelo, über welchem majestätisch die Kathedrale Santuário de Santa Luzia thront. Schlendern Sie durch die engen Gassen der ältesten Stadt im Norden Portugals, in der kleine Boutiquen und Geschäfte noch das Stadtbild prägen! Wenn Sie noch mehr von der Umgebung sehen möchten, empfehlen wir Ihnen eine Wanderung durch das grüne Hinterland oder einen Ausflug mit der hauseigenen Segelyacht.

Aufgrund der vielfältigen Gestaltungsmöglichkeiten ist diese Reise auch ideal in Kombination mit einer Begleitperson oder Ihrer Familie, wenn diese kein Yoga üben.

##Wohnen

Die Zimmer sind komfortabel und modern eingerichtet, wobei traditionelle Teppichmuster die Verbindung zur Region aufzeigen. Beim Design wurde auf viel natürliches Licht geachtet und großzügig Holz verarbeitet, wodurch die Zimmer eine warme Atmosphäre ausstrahlen.

##Genießen

Was könnte schöner sein, als nach einer Yoga-Stunde beim Frühstück den Blick über den Atlantik schweifen zu lassen? Bedienen Sie sich nach Lust und Laune am umfangreichen Frühstücksbuffet! Das Küchenteam nutzt vorwiegend lokale Produkte. Abends erleben Sie eine überraschende Kombination verschiedener Geschmacksrichtungen, ganz gleich ob sie vegetarisch essen möchten oder lieber Fisch- oder Fleischgerichte bevorzugen. Für Ihr leibliches Wohl ist bestens gesorgt, traditionelle Gerichte erfahren eine moderne Interpretation.

##Anreisen

Das Hotel liegt etwa 45 Minuten vom Flughafen Porto entfernt. Gerne vermitteln wir Ihnen einen passenden Flug ab Ihrem gewünschten Abflughafen. Es wird am An- und Abreisetag zweimal täglich zu festgelegten Zeiten ein Transfer angeboten.

Tipp: Wir empfehlen die Buchung eines Mietwagens ab / bis Flughafen, um die interessanten Ausflugsziele in der Umgebung des Hotels individuell erkunden zu können. Gerne erstellen wir Ihnen ein passendes Angebot.

Das Hotel legt viel Wert darauf, ökologisch, ökonomisch und sozial zu agieren. Es wurde sanft zwischen den Pinienwald und die Dünen der Umgebung eingebettet. Beim Bau des Hauses wurden überwiegend regionale Materialien verwendet. Außerdem wird geschaut, dass viele Upcycling Möbel und Deko-Elemente verwendet werden. Das Hotel ist mit dem EU Ecolabel zertifiziert.

Um den Innenpool zu heizen wird Solarenergie verwendet. Bei der Zubereitung der Speisen wird auf saisonale und regionale Lebensmittel geachtet. Wo immer möglich, wird versucht auf Plastik zu verzichten und Müll zu recyceln.

Das Hotel und das Sportzentrum sind Teil der "Take 3 for the Sea" Initiative. Vor jeder Surf-Stunde, sammeln die Teilnehmenden Plastikmüll, um mehr Aufmerksamkeit auf das Thema zu

lenken.

Gemeinsam mit Dhanya Meggers erleben Sie eine wundervolle Woche in Portugal. Sie üben gemeinsam AERIAL YOGA und sanfte Meditationen und können bei sportlichen Ausflügen die Umgebung des Hotels näher erkunden.



REISEDETAILS

1. Tag: Anreise

Ihre Anreise erfolgt nach Porto. Vom Flughafen werden Sie zu zwei festgelegten Zeiten am Anreisetag abgeholt. Die Zimmer stehen Ihnen ab dem Nachmittag zur Verfügung. Am Anreisetag selbst findet noch kein Yogaprogramm statt. Der erste gemeinsame Programmpunkt ist das Abendessen, bei dem Sie auf die Kursleitung und die anderen Teilnehmenden treffen.

2.-7. Tag: Ihr Yoga-Urlaub in Portugal

Die Yoga-Einheiten finden jeden Morgen 2 Stunden vor dem Frühstück statt. Danach können Sie genüsslich in den Tag starten.

Der gesamte Tag steht Ihnen zur freien Verfügung. Unternehmen Sie einen Ausflug in das grüne Hinterland oder einen Strandspaziergang oder nutzen Sie den Wellnessbereich des Hotels!

Am Nachmittag genießen Sie die zweite etwa 3-stündige Yoga-Einheit des Tages.

Die konkreten Uhrzeiten werden Ihnen vor Ort mitgeteilt.

8. Tag: Abreise

Am Abreisetag selbst findet kein Programm mehr statt. Zu zwei festgelegten Zeiten werden Sie wieder zum Flughafen Porto gebracht und treten die Heimreise an.

| TERMINE UND PREISE | | | |
|--------------------|------------|--------|------------|
| von | bis | Plätze | Preis in € |
| 03.05.2025 | 10.05.2025 | ✓ | 1.650 € |

Viele = ✓ Wenige = ! keine = ✗

LEISTUNGEN

- > Flughafentransfer im PKW oder Kleinbus ab/bis Porto (je 2x täglich am An- und Abreisetag zu festgelegten Zeiten)
- > 7 Übernachtungen im geteilten Doppelzimmer mit Gartenblick mit eigenem Bad oder Dusche/WC, vorbehaltlich Gegenbuchung
- > Halbpension (F, A, wahlweise vegetarisch)
- > An 6 Tagen jeweils 1x 2 Stunden und 1x 3 Stunden Yogaprogramm • Kursleitung durch Dhanya Meggers • Begrüßungstreffen • Atmosfair-Beitrag (100%ige Co2-Kompensation Ihres Fluges)
- > NEUE WEGE Informationsmaterial

ZUSATZLEISTUNGEN

- > (500 €)
Doppelzimmer Gartenblick zur Alleinbenutzung:
- > (60 €)
Pro Person im Doppelzimmer Meerseite:
- > (830 €)
Doppelzimmer Meerseite zur Alleinbenutzung:
- > (0 €)
Flug ab Ihrem gewünschten Flughafen (Preis auf Anfrage)
- > (0 €)
Reiseversicherung (Preis auf Anfrage)

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 8

Maximalanzahl von Personen: 15

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.