



ASIEN: THAILAND

THAILAND WIE NOCH NIE

- > Auf Spurensuche in der Kultur exotischer Königreiche wie Siam, Lanna und Sukhothai
- > Selten besuchte Naturlandschaften und Ruinenstädte zu Fuß und mit dem Rad
- > Entspannte Zugfahrten in den touristisch unberührten Isaan
- > Thailands weltberühmte Küche erleben als Gast von einheimischen Familien und mit Picknick an besonderen Orten
- > WomenFairTravel only:
- > Besuch im Kloster der „rebellischen Nonne“
- > Im Gespräch mit einer jungen Unternehmerin in Bangkok
- > Kostprobe innovativer Produktideen bei den Erbinnen einer Reisschnaps-Brennerei
- > Kurzer Trek mit Rangern im Nationalpark
- > Traditionelle thailändische Medizin mit einer Meisterin des Fachs

Thailand ist seit über 20 Jahren die Herzensheimat unserer Reiseleiterin und Südostasien-Spezialistin Simona. Mit dieser Tour will sie euch einladen, „hinter die Kulissen“ eines stark bereisten Touristenzieles zu schauen, das durch weit mehr als sein sprichwörtliches Lächeln verzaubert. Dazu dürft Ihr Euch entführen lassen in Geschichte, Geschmack und Kultur von einem halben Dutzend alter Königreiche im Norden des Landes.

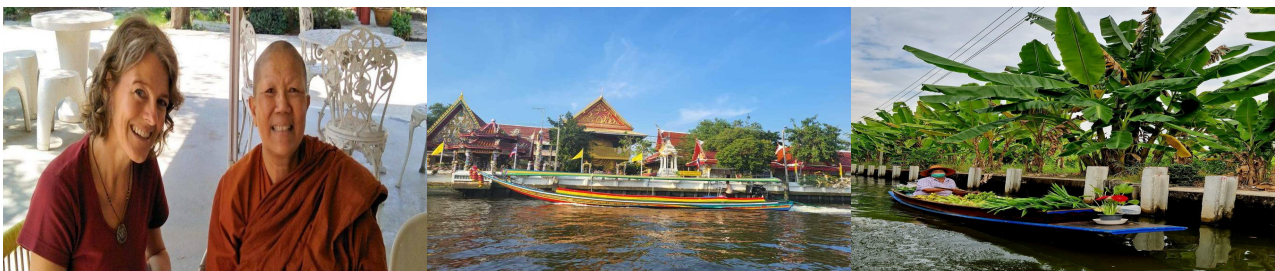
Natürlich besuchen wir am Ende der Reise auch einen der vielen thailändischen Traumstrände (aber selbst der liegt auf einer kaum erschlossenen Insel). Aber diese Reise ist vor allem für diejenigen, die sich wirklich für Land und Leute interessieren. Für die kleinen Geschichten, die Vorlieben, die besondere Lebensfreude der Thai und ihre köstliche Küche.

Wir starten die Rundreise in der pulsierenden Metropole Bangkok, entdecken nach einem Inlandsflug mit kleinen Bussen, Rad und Bahn weite Teile des Nordens und enden auf der selten besuchten Bilderbuchinsel Koh Kood im Golf von Thailand.

Für die größten Touristenziele wie den Königspalast in Bangkok oder die stark frequentierten Tempel in Chiang Mai haben wir freie Zeit im Programm vorgesehen. Welche die Touristenmassen

ganz meiden möchte, braucht also dort nicht hin. Doch es gibt die Möglichkeit, auch diese Wunder optional zu bestaunen.

Gemeinsam shoppen wir mit den Einheimischen auf Morgenmärkten in abgelegenen Kleinstädten, sitzen neben ihnen im lokalen Zug, begegnen den „Leuten wie du und ich“ auf unseren Radtouren, beim Wandern und beim Essen in ihrem Zuhause. Nicht zu vergessen unser Familienausflug zu den heißen Quellen und die zahlreichen Begegnungen mit Thailands traditionellen „Solopreneurinnen“. Von der Kunsthandwerkerin im Dorf bis zu unseren vielen unterschiedlichen lokalen Guides: Sie alle lassen uns einen Blick auf Thailand durch die Augen von Frauen werfen.



REISEDETAILS

1. Reisetag: 1. Tag: Abflug nach Bangkok

Individueller Flug nach Bangkok. Wir organisieren gerne einen Flug, falls gewünscht. Ankunft am Mittag des Folgetages.

2. Reisetag: 2. Tag: Ankunft in der "Großen Stadt der Engel"

Die Millionenmetropole Bangkok kann überwältigend wirken, wenn frau das erste Mal hier landet. Doch „Krungtheep Maha Nakhorn“ – die „Große Stadt der Engel“, wie die Thailänder ihre Hauptstadt nennen, hat überraschend viele Viertel mit thailändischem Kleinstadt-Charme. Vor allem in der Altstadt Phra Nakhon, wo sich neben unserem Hotel auch der große Königspalast und einige der prachtvollsten Tempel Thailands befinden. Am frühen Abend spazieren wir durch das Altstadtviertel mit seinen gut erhaltenen historischen Gebäuden und halten immer wieder einmal an, um die ersten lokalen Spezialitäten zu verkosten.

Zu Fuß: etwa 2,5 Stunden

Vorgesehenes Hotel: Siri Heritage Hotel, Bangkok

Mahlzeiten: (-, -, A)

3. Reisetag: 3. Tag: Bootstour im "Venedig des Ostens"

Wer den Straßenverkehr in Bangkok schlagen will, weicht auf Metro und Skytrain oder Motorrad-Taxi und Schiff aus. So machen wir es heute auch! Für einen gemütlichen Start in unsere Reise steigen wir in ein motorisiertes Kanalboot und tauchen ein in das Leben an Bangkoks Kanälen mit seinen alten Gärten und der besonderen Lebensweise am Wasser. Fun fact: Mit seiner Vielzahl von Kanälen ist die Stadt am großen Fluss Chao Prayah als „Venedig des Ostens“ bekannt. Auf unserer Tour entdecken wir das historische Modell für den berühmten liegenden Buddha und finden heraus, wo einige Elemente der Palast-Architektur ihre Inspiration gefunden haben. Nach einem schmackhaften Mittagessen kommen wir zurück in unser Hotel. Welche noch genug Energie hat, kann am Nachmittag den Großen Palast und / oder Wat Pho besichtigen – beides fußläufig von unserer Unterkunft zu erreichen. Sprecht mit eurer Reiseleiterin für mehr Infos.

Vorgesehenes Hotel: Siri Heritage Hotel, Bangkok

Mahlzeiten: (F, M, -)

4. Reisetag: 4. Tag: Besuch bei der revolutionären Nonne

Thailand ist nach China das größte buddhistische Land der Welt mit über 30.000 Klöstern und mehr als 250.000 Mönchen. Frauen spielen in der thailändischen Klostersgemeinschaft jedoch eine sehr untergeordnete Rolle. So können sie sich seit Jahrhunderten nicht mehr regulär zur Nonne ordinieren lassen. Die altherwürdige „Mutter Äbtin“ von Wat Songdhammakalyani, ursprünglich eine studierte Philosophin und Religionswissenschaftlerin mit Lehrstuhl an einer von Bangkoks Universitäten, will das ändern. Im morgendlichen Gespräch mit den Frauen in ihrem Kloster, dem ersten seiner Art im modernen Thailand, schauen wir hinter die Kulissen des Klosterlebens und hören von der „rebellischen Nonne“, der Wegbereiterin einer vollwertigen weiblichen monastischen Tradition in Thailand. In einer Stadt voller Kontraste treffen wir uns abends mit einer jungen Unternehmerin in einer der vielen Rooftop-Bars der Stadt für einen Sundowner.

Vorgesehenes Hotel: Siri Heritage Hotel, Bangkok

Mahlzeiten: (F, M, -)

5. Reisetag: 5. Tag: Begegnungen mit den Menschen in Nan

Am Morgen verlassen wir die Großstadt und nehmen das Flugzeug in den Norden des Landes, nach Nan. Nach einer kleinen Kaffeepause spazieren wir durch die tiefenentspannte Kleinstadt, besichtigen einen alten Palast aus Holz und finden in einem einzigartigen Tempel heraus, warum die Stadt für Thai zu einem Pilgerort für „The Whisper of Love“ wurde. Danach besuchen wir eine lokale Familie, die uns ein typisches Abendessen zubereitet. Auf dem Weg zurück zum Hotel können wir am Nan-Fluss beobachten, wie sich die Ruderteams mit ihren riesigen Drachenbooten auf die jährlichen Bootsrennen vorbereiten. Beim Wettbewerb im Oktober wird nicht nur das schnellste Team, sondern auch das schönste Boot und – typisch Thai – auch die fröhlichste Besatzung gekürt. Welche mag, darf heute gerne einmal mit einsteigen!

Vorgesehenes Hotel: Nan Rim Nam Resort, Nan

Mahlzeiten: (F, -, A)

6. Reisetag: 6. Tag: Countryside Vibes

Der Tag in einem tropischen Land beginnt früh – wenn es noch nicht so heiß ist. Und so mischen auch wir uns heute unter die Einheimischen, tauchen ein in das entspannte Gewusel auf dem Morgenmarkt und schließen uns dem täglichen Ritual der Mönchsspeisung an. Das freizügige Geben „Tak Bat“ und „Tham Bun“ sind ein zentraler Bestandteil der buddhistischen Praxis im Land und ein wichtiger Schlüssel, um thailändische Kultur zu verstehen.

Nach dem Frühstück im Hotel brechen wir auf, um die hügelige Kulturlandschaft im Norden zu erkunden. Auf gewundenen Wegen vorbei an Obstbäumen, Teak- und Kautschuk-Wäldern genießen wir fantastische Weitblicke und Begegnungen mit den Einheimischen. Das Picknick Lunch teilen wir uns in einem „Haan“, dem traditionellen Farmer-Unterstand.

Mit dem Auto: 2 Stunden, zu Fuß: 3,5 Stunden

Vorgesehenes Hotel: Nan Rim Nam Resort, Nan

Mahlzeiten: (F, M, -)

7. Reisetag: 7. Tag: Leben im Nationalpark

Thailand ist reich an wilder Natur und verfügt über rund 150 Nationalparks, in denen Ranger für den Schutz der Artenvielfalt sorgen. Was zu den Aufgaben der Naturschützer gehört und warum das kein Frauenjob ist, erfahren wir auf dem Ranger's Trek: einer kleinen Wanderung durch die lichten Bambuswälder des abgelegenen Mae Yom Nationalparks.

Kein Job für Frauen? Das haben sich die beiden Töchter aus der Familie einer lokalen Reisschnaps-Brennerei, die wir auf dem Weg zum Nationalpark besuchen, nicht sagen lassen. Mit neuen Konzepten beleben sie selbstbewusst eine uralte Tradition. Nach einer kurzen Kostprobe vor Ort nehmen wir uns die Zutaten für unseren eigenen Reis-Champagner mit für den Sonnenuntergang am Wang-Fluss in Lampang. Dort lassen wir den Abend mit einer Feuershow und vielen Köstlichkeiten im beliebtesten Restaurant der Locals ausklingen.

Mit dem Auto: 4,5 Stunden, zu Fuß: 1-2 Stunden

Vorgesehenes Hotel: Lampang Riverside Guesthouse, Lampang

Mahlzeiten: (F, M, A)

8. Reisetag: 8. Tag: Eine Stadt aus Teak

Zu Fuß und mit dem Rad erkunden wir heute Lampang, einst Teil eines Königreiches mit dem klangvollen Namen Hariphunchai und zu Kolonialzeiten einer der Hauptumschlagplätze für Teakholz. Im unerwartet kurzweiligen Museum der Stadt gibt es die Legenden und Geschichte der Region zum Anfassen, Anschauen und Anhören. Danach macht das Radeln vorbei an imposanten Teakholz-Villen und historischen Tempeln gleich noch viel mehr Spaß!

Mit dem Rad: 2-3 Stunden mit Stopps unterwegs

Vorgesehenes Hotel: Lampang Riverside Guesthouse, Lampang

Mahlzeiten: (F, M, -)

9. Reisetag: 9. Tag: Die schwebenden Pagoden

Wie kleine Zuckerhüte verteilen sich die Pagoden von Wat Chaloem Phra Kiat auf den zackigen Spitzen einer langgezogenen Kalkklippe im Norden von Lampang. Der Lohn für den Aufstieg ist neben dem schwebenden Gefühl natürlich eine fantastische Aussicht. Und keine Sorge: Einen großen Teil des Höhenunterschiedes legen wir mit einem Taxi-Truck zurück. Danach ist die perfekte Zeit für ein Fußbad der besonderen Art: In schönster thailändischer Familientradition entspannen wir unsere Waden in den heißen Quellen des Chae Son Nationalparks. Auch ein Teil unseres Picknick-Lunchs lassen wir im brodelnden Wasser garkochen. Lasst euch überraschen! Die Weiterfahrt nach Chiang Mai führt uns durch üppige Bergwälder und Kaffeeplantagen. Gerne halten wir für ein Tässchen mit Aussicht, bevor wir für mehrere Tage in der „Rose des Nordens“ unser Quartier beziehen.

Mit dem Auto: 4 Stunden, zu Fuß: 1,5 - 2 Stunden

Vorgesehenes Hotel: Baan Thai Village, Chiang Mai

Mahlzeiten: (F, M, -)

10. Reisetag: 10. Tag: Die Lanna-Prinzessin und der weiße Elefant

Unser Hotel in der ehemaligen Hauptstadt des Königreichs Lanna ist eine Oase für einen Morgen zum gemütlichen Ankommen und Entspannen. Und so beginnt unser gemeinsames Programm erst am Mittag mit einer Kostprobe des berühmten Lanna-Nudelgerichtes Khao Soy in der legendären Suppenküche von Frau Lam Duan. Bei unserem anschließenden Spaziergang durch die Geschichte Lannas hören wir von einer einflussreichen Prinzessin des Königreiches und folgen den Spuren eines weißen Elefanten auf dem historischen Mönchspfad am Berg Suthep. Der prachtvolle goldene Chedi des Tempels Wat Doi Suthep funkelt für uns mit dem Sonnenuntergang um die Wette. Zum Abschluss unseres Tages voller Lanna-Kultur genießen wir noch die Spezialitäten der Region bei einem stimmungsvollen Dinner.

Mit dem Auto: 1,5 Stunden, Zu Fuß: etwa 1 Stunde

Vorgesehenes Hotel: Baan Thai Village, Chiang Mai

Mahlzeiten: (F, M, A)

11. Reisetag: 11. Tag: Tag zur freien Erkundung

Chiang Mai gilt als das kulturelle Zentrum von Thailand. Alleine in der Altstadt gibt es rund 30 Tempel, spannende Museen, Kunsthandwerk und natürlich jede Menge nette Cafés, Restaurants und Märkte – alles sehr einfach auf eigene Faust zu erkunden. Eure Guides beraten euch sehr gerne. Aber vielleicht lockt ja auch der Hotel-Pool oder die ein und oder andere Massage zum Entspannen. Wer möchte kommt am Abend mit in eine ganz besondere Bar.

Vorgesehenes Hotel: Baan Thai Village, Chiang Mai

Mahlzeiten: (F, -, -)

12. Reisetag: 12. Tag: Traditionelle thailändische Medizin

Thailand ist bekannt für seine besondere Massage-Technik „Nuad Thai“. Die Thai Massage verbindet Akupressur, Dehnen und passive Yoga-Positionen miteinander, um den Körper zu entspannen und das energetische Gleichgewicht wiederherzustellen. Heute erhalten wir bei einer Meisterin der Kunst einen tieferen Einblick in die ganzheitliche Massage-Technik und ihre Verbindung zur traditionellen thailändischen Medizin.

Vorgesehenes Hotel: Baan Thai Village, Chiang Mai

Mahlzeiten: (F, -, -)

13. Reisetag: 13. Tag: Regionale Küche = regionale Kultur!

Wir beginnen den Tag mit einer gemütlichen Zugfahrt von Chiang Mai nach Sukhothai, das historische Juwel Thailands. Nach unserer Ankunft erhalten wir einen ersten Geschmack des alten Königreiches – über unseren Gaumen! Vorher schauen wir uns die Ruinen des selten besuchten Elefanten-Tempels an. Dann flanieren wir über den lokalen Markt für ein paar Appetitanreger und runden unseren Eindruck mit einem Dinner im Haus einer lokalen Familie ab. Hat jemand nach Dessert gefragt?

Zugfahrt: 5-6 Stunden, mit dem Auto: 1 Stunde

Vorgesehenes Hotel: Tharaburi Resort, Sukhothai

Mahlzeiten: (F, -, A)

14. Reisetag: 14. Tag: Sukhothai: Radelnd durch die Ruinenstadt

Mit den Rädern haben wir die perfekte Reisegeschwindigkeit, um die ländliche Umgebung von Sukhothai mit ihren zahlreichen Tempelruinen zu erkunden. Auf dem Weg lernen wir alles über Buddhismus, Geschichte, Architektur, Kunsthandwerk und Lebensweise in der altehrwürdigen Hochkultur und was davon bis heute nachwirkt.

Mit dem Rad: 4-5 Stunden mit Stopps unterwegs

Vorgesehenes Hotel: Tharaburi Resort, Sukhothai

Mahlzeiten: (F, M, -)

15. Reisetag: 15. Tag: Eine Gemeinde - ein Produkt

Der Zug bietet uns heute wieder eine Zwischenentspannung und die Gelegenheit, die wechselnden Landschaften entspannt aus dem Fenster zu genießen. Auf dem Weg in den Isaan, den von Landwirtschaft geprägten Nordosten Thailands, machen wir Rast in Saraburi. Von was leben die Menschen abseits aller Touristenpfade? Und wie kommen die vielen „Solopreneur*innen“ und Kleinunternehmer*innen des Landes überhaupt zurecht? Häufig sind es Frauen, die sich auf die Herstellung regionaltypischer Produkte spezialisiert haben. Das Projekt OTOP („Eine Gemeinde – ein Produkt“) fördert Vermarktung und Verkauf der vielfältigen Schätze mit Regionalbezug. Das schauen wir uns am Nachmittag genauer an. Shopping nicht ausgeschlossen.

Zugfahrt: 5-6 Stunden, mit dem Auto: 1,5 Stunden

Vorgesehenes Hotel: Chuan Chom The High Resort, Saraburi

Mahlzeiten: (F, -, -)

16. Reisetag: 16. Tag: Laos? Kambodscha? Oder doch Thailand?

Das Frühstück nehmen wir heute mit den Einheimischen auf dem Markt ein. Eine letzte Zugfahrt bringt uns auf die Hochebene von Khorat, das Herz von Isaan. Von Tourist:innen in der Regel vollkommen übersehen, besticht diese Region durch ihre malerischen Landschaften, das scharfe Essen und die historischen Einflüsse von Laoten und Khmer. Nach einer Landpartie durch kleine Dörfer und Reisfelder staunen wir über die gut erhaltenen Steinmetzarbeiten in Phanom Rung, einem Khmer-Tempel aus dem 10.-12. Jahrhundert. Ein exzellentes Beispiel der alten Architektur um Angkor Wat in Kambodscha – allerdings ohne den Tourist:innenrummel!

Zugfahrt: 3 Stunden, mit dem Auto: 2,5-3 Stunden

Vorgesehenes Hotel: Baan Bong Pha Ohn Resort, Ta Pek

Mahlzeiten: (F, M, A)

17. Reisetag: 17. Tag: Landpartie mit dem Rad

Das Dorfleben in Isaan dreht sich rund um den Ackerbau und die lokale Handwerkskunst. Bei unserer Radtour halten wir immer wieder für kleine Begegnungen und tauchen so ein in das tägliche Leben in einer Region, deren Kultur viel mit Laos gemeinsam hat. Am späten Nachmittag heißt es „Kochen, kosten & nippen“: Mit der Unterstützung eines Kochkünstlers, der seine Leidenschaft für die Region in der Küche teilen möchte, bereiten wir ein Isaan Menü zu. Dazu gibt es einen besonderen Cocktail mit Kräutern der Region: „Zaeb Lai“, was so viel heißt wie „Super lecker“!

Mit dem Rad: etwa 3 Stunden mit Stopps unterwegs

Vorgesehenes Hotel: Baan Bong Pha Ohn Resort, Ta Pek

Mahlzeiten: (F, M, A)

18. Reisetag: 18. Tag: Unreife Mango mit Chili gefällig?

Für ein Frühstück der besonderen Art tauschen wir heute den Hotel-Speisesaal gegen den Schirm eines riesigen Feigenbaums auf dem Gelände eines Khmer-Tempels ein. So gestärkt nehmen wir Abschied von Isaan und lassen uns auf dem Weg nach Süden von den imposanten Kalksteinklippen beeindrucken, die hier das Landschaftsbild prägen. Die Mittagspause verbringen wir im Früchteparadies! Obst in leuchtenden Farben, ungewöhnlichen Formen und unbekanntem Geschmacksnuancen wartet auf mutige Feinschmeckerinnen. Einheimische essen die Früchte auch unreif oder eingelegt, direkt vom Baum oder gedippt in Chili. Wer macht mit?

Mit dem Auto: 5 Stunden

Vorgesehenes Hotel: Luang Rajamaitri Historic Inn, Chantaburi

Mahlzeiten: (F, M, -)

19. Reisetag: 19. Tag: Auf ans Meer!

Wo Flüsse ins Meer münden und sich das Süßwasser mit dem Salzwasser mischt, wachsen in Südostasien die Mangroven. Ein Naturlehrpfad leitet uns auf einem Steg durch den Mangrovenwald und führt uns ein in die Bedeutung und Funktion dieses einzigartigen Ökosystems. Nach dem Mittagessen schiffen wir uns ein nach Koh Kood. Nach einem Transfer über die Berge der Insel erreichen wir unser paradiesisches Resort auf der Sunset-Seite der Trauminsel.

Mit dem Auto: 1-2 Stunden, zu Fuß: 1 Stunde, Fähre: 1 Stunde

Vorgesehenes Hotel: Paradise Beach Resort, Koh Kood

Mahlzeiten: (F, -, -)

20. - 21. Reisetag: 20. & 21. Tag: Entspanntes Inselleben

Koh Kood ist bisher vom Massentourismus verschont geblieben. Im Landesinneren ist die Insel noch völlig unberührt und die weißen Strände mit ihren Kokospalmen lassen Postkartenträume wahr werden. Falls Langeweile aufkommt, könnt ihr die kleinen Fischerdörfer und Wasserfälle der Insel erkunden oder einfach entspannt unsere Thailand-Rundreise ausklingen lassen.

Vorgesehenes Hotel: Paradise Beach Resort, Koh Kood

Mahlzeiten: (F, -, -)

22. Reisetag: 22. Tag: Transfer nach Bangkok und Flug

Heute heißt es Koffer packen und Abschied nehmen vom Paradies. Über die Berge und das Meer kommen wir zurück ans Festland, wo wir unsere Rückreise antreten. Auf dem Weg vertreten wir uns die Beine in einem Fischerdorf in Chonburi, das nicht nur das Handelszentrum für Fisch in Thailand ist, sondern auch ein Zentrum für Steinmetzarbeiten aus Granit. Falls ihr noch Platz im Handgepäck habt, könnt ihr hier ein unkaputtbares Mörser- und Stößel-Set oder einen Buddha erstehen. Mit ausreichend Pufferzeit erreichen wir den internationalen Flughafen von Bangkok für den Check-in und den Rückflug nach Deutschland.

Pop gan kha, Thailand! Bis zum nächsten Mal.

Mahlzeiten: (F, M, -)

Mit dem Auto: 5 Stunden

Über Nacht im Flugzeug

23. Reisetag: 23. Tag: Ankunft in Deutschland

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
17.01.2025	08.02.2025	✓	3.590 €

Viele = ✓ Wenige = ! keine = ✗

LEISTUNGEN

- > 20 Übernachtungen in Mittelklassehotels bzw. Gästehäusern in DZ mit Du/WC
- > 20 x Frühstück, 12 x Mittagessen, 7 x Abendessen
- > Alle Transfers/Fahrten wie im Programm ausgeschrieben
- > Inlandsflug Bangkok - Nan
- > Alle Besichtigungen, Workshops, Ausflüge und Eintritte laut Programm
- > Treffen und Begegnungen mit lokalen Frauen
- > Englischsprachige lokale Reisebegleitung
- > Deutsche Reiseleiterin
- > Wasser
- > 100% Atmosfair-Flugkompensation

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > Internationaler Flug
- > Getränke / weitere Verpflegung
- > Fakultative Ausflüge und Eintritte
- > Trinkgelder für Reiseleiterin, Fahrer und Hotelpersonal
- > Persönliche Ausgaben
- > Reiserücktritts- und Reiseabbruchsversicherung

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 8

Maximalanzahl von Personen: 12

ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- > Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 20%
- > Fälligkeit der Restzahlung: 21 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 21 vor Reisebeginn möglich.

WEITERE INFOS

Reiseleiter/innen

- > Simona Mona

Simona verfügt über einen schier unerschöpflichen Vorrat an Neugier und Begeisterungsfähigkeit für „fremde“ Kultur und Philosophie. Zu Studienzeiten hat sie ihre Erfahrungen als Journalistin geteilt, heute nimmt sie die Menschen lieber gleich mit auf die Reise, um vor Ort Kultur zu übersetzen und gemeinsam zu erleben. An Südostasien, wo sie den Großteil der vergangenen 15 Jahre verbracht hat, hat sie ihr Herz verloren. Aber die „Reisen ins Hier“ der zertifizierten Yoga- und Embodimentlehrerin und Reiseleiterin gibt es jetzt auch in Deutschland und Südeuropa. Auf ihrer Website kannst du herausfinden, was sie sonst noch so macht: <https://reiseninshier.de/>

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