



EUROPA: ÖSTERREICH

YOGA UND WANDERN IN TIROL

- > - Begegnung mit Gleichgesinnten
- > - für den gesunden Frischekick
- > - genießen Sie Ruhe und Erholung

Genießen Sie Yoga und die wunderschöne Bergwelt Tirols. Erlangen Sie mehr Vitalität und Wohlbefinden. Bereiten Sie den Körper mit Yoga ideal auf die anschließende Wanderung durch die herrliche Natur vor. Erleben Sie Freude an Bewegung, Natur und der Begegnung mit Gleichgesinnten.



REISEDETAILS

1. - 7. Reisetag: Yoga und Wandern in Tirol

Der abwechslungsreich strukturierte Yoga-Unterricht widmet sich vor allem den 7 Chakren (Energiezentren), deren Energiequalitäten und zugeordneten Eigenschaften.

Sie erlangen ein weitreichendes Verständnis über das Wirken von Ur-Kräften und Gesetzen des Lebens und der Natur und lernen, diese in Harmonie zu bringen. Dafür bedient sich der Programmleiter seiner großen Erfahrungen und Kenntnisse aus dem Ayurveda (Wissen vom Leben), der traditionellen indischen Medizin und Weisheitslehre, die er sich unter anderem bei zahlreichen Aufenthalten in Indien und Sri Lanka angeeignet hat.

Die durch das Programm gewonnene Kraft und Lebensfreude gilt es zu bewahren, damit Sie im Alltag jederzeit darauf zugreifen können.

Inhalt

Die Yoga-Sequenzen bestehend aus Körper- und Atemübungen und Meditationen sind so abgestimmt, dass sie den Organismus dabei unterstützen, körpereigene Kräfte aufzubauen und den Energiefluss zu steigern. Individuell wird auf jeden Teilnehmer eingegangen, auch außerhalb der Unterrichtseinheiten.

Die musikalischen Einlagen mit Oberton-Harfe, Indianer-Flöte und Gitarre durch den Programmleiter runden das Programm harmonisch ab.

Die gemeinsamen Aktivitäten in wunderschöner Naturlandschaft des Leutaschtals bringen den gesunden Frischekick.

Yogastil Hatha Yoga.

Das Programm ist für Yogaeinsteiger & Geübte geeignet.

Sporthotel Xander in Leutasch, Tirol

Herzlich willkommen im **4-Sterne-Hotel Sporthotel Xander** in der Olympiaregion Seefeld-Leutasch. Hier werden Sie traumhafte Urlaubstage erleben und mit echter Gastfreundschaft und Tiroler Charme verwöhnt werden. Umgeben von der beeindruckend Tiroler Bergwelt inmitten unberührter Natur genießen Sie Ruhe und Erholung.

Am Hochplateau auf 1.200 m Seehöhe bietet das familiär geführte Hotel Tiroler Gemütlichkeit und Raum zum Sein. Die 68 heimeligen Apartments und Zimmer machen Wohlfühlen einfach.

Es erwartet Sie ein Wellness- und Saunabereich mit Hallenbad und Beauty-Center sowie Spa-Anwendungen.

Weiters: schöner Wintergarten, gemütliche Zirbenholzstube, großer, kostenfreier Hotelparkplatz und Garagenplätze, vielfältiges Freizeitangebot, abwechslungsreiches Wochenprogramm.

Die Zimmer

Der Standard Zimmertyp „Munde“ ist ein ca. 28 m² großes 1-Raum-Appartement ohne Balkon und verfügt über einen Blick Richtung Hohe Munde/Gaistal.

Ausstattung: Wohn-/Schlafraum mit zwei Betten mit je einem Nachttisch, 42"-Flat-LCD-TV mit

über 40 deutschsprachigen und internationalen Sendern, Telefon mit Direktdurchwahl, Nichtraucherzimmer, Rauchmelder, Verdunkelungsvorhänge, großer Kleiderschrank, gemütliche Sitzecke mit Sofa, großer Schreibtisch mit Stuhl, Zimmersafe, Stehlampe, Highspeed WLAN, Heizung, Kaffee- und Teezubereitungsmöglichkeit, Kühlschrank, kleine Kochnische, Badezimmer mit Bad/WC, Badewanne mit integrierter Dusche, Haartrockner, Vergrößerungsspiegel, Pflegeprodukte,

Annehmlichkeiten: Wäschereinigung und Bügeldienst (*), Kissenmenü Zimmerservice (*), Tagespresse auf Wunsch (*), Bademäntel und Hausschuhe, Minibar Befüllung nach Wunsch (*)
*gegen Gebühr

Andere Zimmerkategorien auf Anfrage.

Ihre Verpflegung

Die Verpflegung im Sporthotel Xander ist eine wahre Gaumenfreude. Die sogenannte

Verwöhnpension Xander besteht aus:

Begrüßungs-Prosecco an unserer Hotelbar

Reichhaltiges Frühstücksbuffet mit Bio- und Vital-Ecke von 07:30 Uhr – 10:00 Uhr

4-Gang-Genießer-Wahlmenü mit 3 Auswahlmöglichkeiten (traditionell, vegetarisch oder Fisch) und großes Vorspeisen- und Salatbuffet abends. Selbstverständlich werden auch individuelle Wünsche der Gäste mit Nahrungsmittelunverträglichkeiten (bei Buchung bekanntgeben) berücksichtigt.

Nachmittagsbuffet mit Herzhaftem und Süßem im Winter von 14:00 Uhr – 16:00 Uhr

Ganztags Teebuffet und frische Äpfel im Spa-Bereich

Genießen Sie Tiroler Spezialitäten, regionale Schmankerln und saisonale Köstlichkeiten. Der Ausblick auf die Hohe Munde vom Wintergarten aus macht das Frühstück besonders. In der gemütlichen Zirbenstube schmecken auch erlesene Tropfen besonders gut.

Spa & Wellness - Zeit für die Seele, Zeit zum Genießen

Erleben Sie Zeiten der Ruhe und Entspannung in der Wohlfühl-Atmosphäre der Wellness- und Saunalandschaft. Für Ihre Schönheit sorgt die fachkundige Beauty-Abteilung mit Massagen, Bädern, Schönheitspflege und hochwertigen Pflegeprodukten.

Die Wellness- und Saunalandschaft - Oase des Wohlfühlens

Tauchen Sie ein in die Welt des Wohlbefindens. Entspannen Sie bei angenehmer Musik, gönnen Sie Ihrer Haut eine wohltuende Massage oder Schönheitspflege, schwimmen Sie Ihre Bahnen im Hallenbad oder tanken Sie Energie bei Sauna-Gängen und beim Wassertreten in der Kneipp-Anlage. Nutzen Sie die umfangreiche Ausstattung der Wellness- und Saunalandschaft und lassen Sie den Alltag hinter sich:

Hallenbad mit Gegenstromanlage (10 m x 5 m)

Bio-Sauna

Finnische Sauna

Dampfbad

Infrarot-Wärmekabine

Ruheraum

Frischluftraum

Kneipp-Anlage

Hot-Whirlpool
Solarium
Beauty-Center mit Spa-Angeboten

Das Langlauf-Eldorado

Totales Langlaufvergnügen auf 280 km abwechslungsreichen Loipen. Die Loipen der Olympiaregion lassen das Herz jedes Langläufers höherschlagen! Schneegarantie bis April verspricht puren Genuss! Mit 280 km präparierten Loipen aller Schwierigkeitsgrade sowie dem neuen Nordischen Kompetenzzentrum gilt die Olympiaregion Seefeld-Leutasch unbestritten als Mekka des Ski-Langlaufs in Europa. Das Sporthotel Xander in Leutasch liegt direkt an der Loipe und ist somit der ideale Ort für Ihren Langlaufurlaub in Tirol.

In den fünf Orten der Olympiaregion Seefeld, zweimaliger Austragungsort für die nordischen Wettbewerbe bei den Olympischen Winterspielen (1964 und 1976), finden Langläufer schon seit vielen Jahren Bedingungen vor, die europaweit ihresgleichen suchen. Die perfekt präparierten Loipen-Kilometer in allen Schwierigkeitsgraden begeistern Anfänger und Profis gleichermaßen.

Das Angebot an klassischen und Skating-Loipen ist nahezu ausgewogen, viele Strecken werden parallel für beide Laufstile präpariert. Loipenübersicht: Klassisch 154,3 km, Skating 125,7 km. Das Nordische Kompetenzzentrum bietet zwei völlig neue Sprungschanzen, eine Biathlon-Anlage auf dem modernsten Stand der Technik, Langlaufloipen gekoppelt mit einer Beschneiungsanlage.

Auch im Winter ist die Olympiaregion Seefeld-Leutasch ein echtes Wanderparadies: 142 km geräumte und gestreute Winterwanderwege inmitten einer traumhaft schönen Schneelandschaft bieten Raum für Bewegung. Atmen Sie die frische saubere Luft ein und nehmen Sie sich Zeit, die herrliche Landschaft zu genießen. Ein gutes Hüttenangebot lädt zum Einkehrschwung ein.

Neben **Wandern, Schneeschuhwandern, Rodeln** gibt es natürlich auch **Skigebiete** in der Nähe.

Die Umgebung

Viel Sehenswertes finden Sie rund um die Olympiaregion Seefeld-Leutasch, zum Beispiel:

Wallfahrtskirche Maria Locherboden - traumhafte Aussicht ins Inntal (27 km)

Olympiastadt Innsbruck - viele Sehenswürdigkeiten (z. B. Berg-Isel-Stadion, Altstadt mit Goldenem Dachl, Hofburg, Schwarzmanderkirche, Alpenzoo, Schloss Ambras (35 km)

Basilika Stift Stams (35 km)

Haller Salzbergwerk (42 km)

Swarovski Kristallwelten (50 km)

Oberammergau (59 km) und Schloss Linderhof (65 km)

Alpine Coaster Imst (48 km)

Ötzidorf Umhausen (51 km)

Hahntennjoch (62 km)

Silberbergwerk Schwaz (63 km)

Schloss Tratzberg (64 km)

Stubaier Gletscher (68 km)

2.500 m Timmelsjoch Hochalpenstraße (87 km)

Königsschlösser Neuschwanstein (92 km) und Hohenschwangau (92 km)

Zollfreier Einkauf in Samnaun (102 km)

Kitzbühel (122 km)

München (128 km)

Zell am See (173 km)

Salzburg (217 km)

Schönste Städte Südtirols: Sterzing (83 km), Brixen (109 km), Bozen (147 km), Meran (180 km)

Gerne ist Ihnen das Rezeptions-Team bei der Planung und Organisation Ihrer Ausflüge behilflich.

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
10.06.2017	17.06.2017	X	850 €

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

LEISTUNGEN

- > - 7 Nächte Sporthotel Xander
- > - Halbpension
- > - Programm "Yoga und Wandern"
- > - Geführte Wanderungen

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 1

Maximalanzahl von Personen: 14

ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- > Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 10%
- > 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 30 vor Reisebeginn möglich.
- > Bei Flugdestinationen wird entsprechend bei Buchung informiert, ob der Flug bereits gebucht werden kann oder nicht.

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