

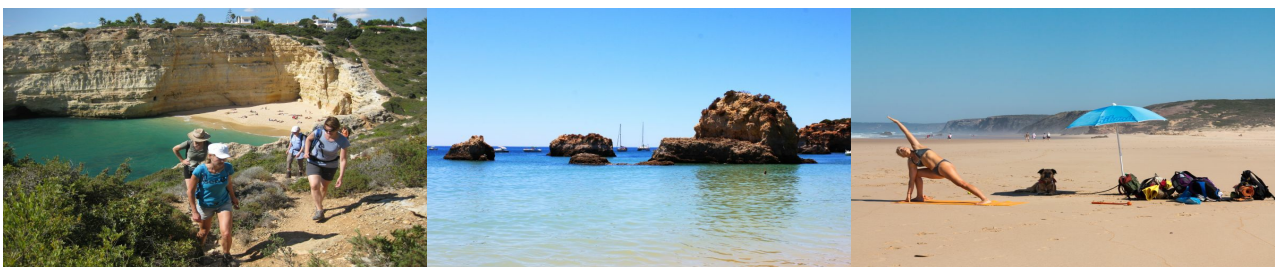


EUROPA: PORTUGAL

## YOGA UND WANDERN AN DER ALGARVE: AUF PARADIESISCHEN PFADEN INS HIER UND JETZT!

- > Kaum jemand weiß, welches Wanderparadies die Algarve bietet: Ursprüngliche Natur, unverbaute Strände, traumhafte Pfade auf die Gipfel der Küstengebirge mit 360°-Ausblicken auf die gesamte Westalgarve, das Kap und die Weite des Atlantiks. Verträumte Dörfer im Hinterland, umgeben von Feigen-, Mandel- und Orangenhainen, oder auf den Kalksandsteinklippen direkt entlang der atemberaubenden Küstenlinie – all das können Sie in unserer 'Yoga und Wander'-Woche erleben.

Je nach Jahreszeit begrüßen Sie üppige Blumenteppeiche auf den Hängen der Serra oder afrikanisch anmutende Weite zwischen uralten Steineichen. Zu Fuß können Sie alle Facetten der Algarve entdecken und die traumhafte Natur hier hautnah erfahren. Unser Wissen über Tiere und Pflanzen und die ursprüngliche Lebensweise der Menschen lässt die Wanderungen noch lebendiger werden: wir finden für Sie die schönsten Orchideen, erklären den Erntezyklus der Korkeichen, schaffen Kontakt zu der lokalen Bevölkerung und trinken gemeinsam mit ihnen eine Bica (portugiesischer Espresso) im kleinen Dorfcafé. Weit ab von Touristenorten, mittendrin im wahren Südportugal.



## REISEDETAILS

## **1. - 7. Reisetag: Zum Inhalt**

Das Programm Wir gehen in der 'Yoga und Wandern'-Woche insgesamt sechs Wanderungen mit jeweils ganz unterschiedlichem Charakter: die Strand-Lagune mit ihren rosa Flamingos, gewundene Pfade auf den "Rocha da Pena", die spektakulären Klippen der Felsenalgarve bis hin zu dem blühenden Dünenmeer der Westküste! Alle Wanderungen sind von Menschen mit normalem Fitnessgrad gut zu bewältigen und bedürfen keiner besonderen Ausrüstung. Fernglas und Fotoapparat sollten natürlich nicht fehlen - wo sonst kann man schon Schlangennadler auf Augenhöhe an sich vorbei gleiten sehen! Yoga integrieren wir direkt in die Wanderungen, etwa mit Verweilpausen zum Meditieren, um ganz im Moment anzukommen, oder kleinen Asana-Sequenzen, um Muskeln zu dehnen oder unsere Lungen bewusst mit der salzigen Luft des Meeres zu füllen. Andererseits können Sie sich vor oder nach dem Wandern auf eine entspannte Yoga-Session auf der Terrasse mit Blick über die Orangenhaine oder an anderen schönen Naturorten freuen - je nach Wetter auch am Strand, auf der Holzplattform am Fluss oder in den Dünen... In unseren Yogastunden achten wir auf eine gute Balance zwischen Herausforderung und Entspannung, und können aufgrund der kleinen Gruppen (max. 10 Personen) sehr gut auf jeden Einzelnen eingehen. Daher ist diese Yogawoche für jeden geeignet. Und in der Endentspannung können Sie ganz im Hier und Jetzt ankommen, während das Lied der Wellen das Kommen und Gehen Ihres Atems begleitet oder der Duft der Orangenblüten Ihre Sinne beruhigt. Ein weiteres Highlight sind die kulinarischen Ausflüge, die wir an unsere Wanderungen anschließen: wir entführen Sie in die Welt des vegetarischen Genusses, die für viele ganz neue Perspektiven eröffnet. Wie lecker man bewusst speisen kann, beweisen Ihnen die eigens engagierte Chefköche mit ihrer immer überraschenden, frischen und gesunden Küche. Diese servieren wir etwa beim Picknick vor der grandiosen Kulisse der Meeresklippen, mit Blick auf den Ozean. Oder in den Dünen, die von Flamingos und Löfflern bewohnte Lagune als Panorama. Den Rest des Tages können Sie genau so verbringen, wie Sie möchten: Faulenzen am Strand, Träumen auf der Terrasse oder am Infinity-Pool, oder in geselliger Runde den Tag mit einem frisch gepressten Orangensaft ausklingen lassen.

## Ihr Urlaubsort - Quinta Colina Algarve

### Portugal – Algarve – Quinta Colina

Im lieblichen Tal Vale Fuzeiros gelegen ist die Landvilla **„Quinta Colina“** der ideale Ort zum Seele baumeln lassen. Das ursprüngliche algarvianische Tal mit seinen kleinen blumengesäumten Bauerhäusern ist bewachsen von Orangenhainen, Mandel- und Olivenbäumen. Der Ausblick lässt den Geist zur Ruhe kommen, fernab von alltäglicher Hektik.

Mit Liebe zum Detail wurde die Quinta mit viel Holz im marrokanischen Stil gestaltet. Stilvoll und zugleich rustikal, bietet die Quinta ländliche Ruhe und modernen Komfort. Entspannen und Natur genießen pur!

Die Schlafzimmer sind ausgesprochen gemütlich mit Holzboden in warmen Farben ausgestattet. Der großzügige Wohnbereich mit Holzofen und Fernblick und die große überdachte Terrasse bieten zahlreiche schöne Plätze zum Verweilen.

Yoga praktizieren wir auf der großen überdachten Terrasse mit Blick über das von Orangen und Olivenbäumen bestandene Tal oder in unserem gemütlichen Yogaraum.

Nach unserem gemeinsamen Tagesprogramm laden der Infinity-Pool und die Sonnenterrasse zum Faulenzen ein. Ebenso locken die vielen traumhaften Strände der Felsenalgarve zum Sonnenbaden (ca. 25 min.).

Oder Sie lassen sich vom mittelalterlichen Charme des nahe gelegenen Städtchens Silves verzaubern, wandern auf archäologischen Pfaden über die Höhen der Serra und lassen den Tag zum Sonnenuntergang auf der Terrasse mit einem frisch gepressten Orangensaft ausklingen...

#### **Ausstattung**

6 Doppelzimmer

Große voll ausgestattete Küche

Offener Wohn-Ess-Bereich mit Verglasung und Talblick

Große Terrasse und gepflegter Garten mit Infinity-Pool

Schöner Yogaraum mit viel Holz

Wifi

#### **Lage**

Die Quinta ist nahe der Stadt Silves gelegen und 25 Minuten (mit dem Auto) vom Strand entfernt.

Zwei traditionelle portugiesische Restaurants befinden sich gleich in der Nähe (5 Gehminuten).

## Ihr Urlaubsort - Suites Alba

### Portugal – Algarve – Suites Alba Resort & Spa

Das **Suites Alba Resort & Spa** bietet vollen Verwöhnkomfort, und liegt in Alleinlage umgeben von unberührter Küstenvegetation an der Südküste Portugals. Im duftenden mediterranen Klippengarten, nur wenige Meter vom Strand entfernt, liegt es direkt auf den Meeresklippen.

Der nächste Ort Carvoeiro ist ca. 10 Fahrminuten entfernt.

Die geräumigen **Suiten** (85 qm) lassen keine Annehmlichkeit missen: zwei Schlafzimmer (mit je einem Doppelbett), ein Bad, Wohnzimmer mit Kamin und eine Küche gehören zum Standard.

Das **stilvolle Spa** steht Ihnen nach Bedarf frei zur Verfügung und ist mit Jacuzzi, Indoor Pool, Dampfbad, mehreren Saunen und Erlebnisdusche edel ausgestattet.

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
17.01.2015	24.01.2015	X	829 €
28.02.2015	07.03.2015	X	829 €
04.04.2015	11.04.2015	X	849 €
26.09.2015	03.10.2015	X	849 €
31.10.2015	07.11.2015	X	829 €
28.11.2015	05.12.2015	X	829 €
16.01.2016	23.01.2016	X	829 €
Suites Alba			
20.02.2016	27.02.2016	X	829 €
Suites Alba			
26.03.2016	02.04.2016	X	849 €
Quinta Colina			
23.04.2016	30.04.2016	X	829 €
Suites Alba			
07.05.2016	14.05.2016	X	829 €
Suites Alba			
03.09.2016	10.09.2016	X	849 €
Quinta Colina			
01.10.2016	08.10.2016	X	849 €
Quinta Colina			

15.10.2016	22.10.2016	X	849 €
Quinta Colina			
19.11.2016	26.11.2016	X	829 €
Suites Alba			
25.02.2017	04.03.2017	X	829 €
Suites Alba			
18.03.2017	25.03.2017	X	829 €
Suites Alba			
15.04.2017	22.04.2017	X	849 €
Quinta Colina			
06.05.2017	13.05.2017	X	849 €
Quinta Colina			
20.05.2017	27.05.2017	X	929 €
Suites Alba			
30.09.2017	07.10.2017	X	929 €
Suites Alba			
14.10.2017	21.10.2017	X	849 €
Quinta Colina			
25.11.2017	02.12.2017	X	829 €
Suites Alba			

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

## LEISTUNGEN

- > Inkludierte Leistungen:
- > - 7 Übernachtungen Quinta Colina bzw. Suites Alba
- > - Frühstücksbuffet, Wandersnack und vegetarischer Mittagsbrunch, Lunch, Picknick - nur bei Termine Quinta Colina
- > - Programm "Yoga und Wandern: auf paradiesischen Pfaden im Hier und Jetzt" 6 geführte Wanderungen
- > - Transfer ab/bis Flughafen Faro

## NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > Nicht enthalten im Preis: Flug, Reiseversicherung

## TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 2

Maximalanzahl von Personen: 12

## 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.