



## Informationen, Anmeldung: Yoga und wandern – achtsam und erholsam auf der kanarischen Insel La Palma, 3. - 10. Februar 2018 /Verlängerungs-Ferienwoche möglich

- Anreise:** Erfolgt individuell, auf Wunsch unterstützen wir die Buchung des Flugs und treffen uns am Flughafen Zürich. Flug nach Santa Cruz de La Palma ca. Fr 350.-
- Transfer:** Vom Flughafen bis zur Unterkunft in Todoque (im Westen der Insel), mit einem Kleinbus.
- Unterkunft:** Doppelzimmer in der grosszügigen, ruhig in der Natur gelegenen Villa Casablanca. Grosser Wohn- und Essraum, offene Küche, mehrere Terrassen, Meerblick, Innenhof mit Pool, etc. EZ und weitere DZ in Studios oder Appartements gleich nebenan, mit Balkon oder Terrasse.
- Wanderungen:** Geführte Wanderungen (einfach bis mittel) an vier Tagen auf der Insel zu den schönsten und eindrucklichsten Plätzen.
- Yoga:** An 2 Tagen praktizieren wir morgens und abends Yoga, an den anderen Tagen jeweils 1x vor dem Frühstück oder Nachtsessen. Die restliche freie Zeit kann individuell genutzt werden; die Seele baumeln lassen, baden, Einkaufsbummel ...
- Ausrüstung:** Tagesrucksack, bequeme Kleidung (frühlingshaft) Wanderschuhe oder feste Trekkingschuhe, Badesachen, Sonnenschutz, leichte Regen-/Windjacke.
- Leitung:** Verena Amrein-Lütold, Erwachsenenbildnerin, Ganzheitliche Ernährung, innere und äussere Reise-Begleiterin [www.gemeinsame.ch](http://www.gemeinsame.ch)  
Daniel Studhalter, dipl. Yogalehrer, Naturheilpraktiker, Reiseleiter [www.gesund-reisen.ch](http://www.gesund-reisen.ch)
- Wert:** Fr. 1500.- (im Doppelzimmer), EZ-Zuschlag 230.- (Studio), inkl. Frühstück an 7 Tagen und Picknick oder vegetarisches Abendessen an 4 Tagen in der Casa, 3 mal mittags oder abends Inselkost auswärts.
- Anmeldung:** Die Anmeldung erfolgt mit der Anzahlung von Fr. 500.- auf das unten angegebene Konto und ist damit verbindlich. Der Restbetrag folgt spätestens bis 3. Januar.
- Anmeldeschluss:** 30. November 2017. Spätere Anmeldungen sind abhängig von den noch verfügbaren Kapazitäten möglich.
- Teilnehmerzahl:** Mindestens 7, maximal 15 Personen
- Abmeldung:** Bei einer Abmeldung bis zwei Monate vor der Abreise entstehen Bearbeitungskosten und die Anmeldegebühr verfällt. Danach besteht kein Anrecht mehr auf Rückvergütung des vollen Betrages. Eine Annullationsversicherung ist wichtig.
- Einzahlung:** Spesenfrei an  
Raiffeisenbank Luzern, 6003 Luzern, Konto 60-2339-7  
IBAN: CH83 8120 3000 0070 3852 0  
Daniel Studhalter, Mettenwylstr. 14, 6006 Luzern
- Weitere Infos:** [verena.amrein@gemeinsame.ch](mailto:verena.amrein@gemeinsame.ch) 041 928 10 11, 078 708 10 50  
[daniel.studhalter@gesund-reisen.ch](mailto:daniel.studhalter@gesund-reisen.ch), 041 420 52 57

