



Detailprogramm

Italien

Hotel Galanias:

La Dolce Vita auf Sardinien

Inhalt

Reisedetails.....	3
Allgemeine Beschreibung.....	3
Kur/Hausprogramm.....	3
Wohnen.....	4
Genießen.....	5
Umgebung.....	5
Enthaltene Leistungen.....	6
Wahlleistungen.....	6
Termine und Preise.....	6
Teilnehmerzahl.....	6
Reisedauer.....	6
Praktische Hinweise.....	7
Atmosfair / Anreise / Transfers.....	7
Sonstiges.....	7
Einreisebestimmungen / Sicherheit.....	7
Gesundheit und Impfungen.....	8
Versicherung.....	8
Umwelt.....	8
Bewusst reisen mit NEUE WEGE.....	9
Reiseliteratur.....	10
Ihre Reisenotizen.....	11

Reisedetails

Italien

Hotel Galanias:

La Dolce Vita auf Sardinien

- Mediterranes Wohlfühl-Ambiente
- Yoga & Meditation am Meer
- Sardische Tradition erleben
- Ursprüngliche Natur der Ogliastra



Allgemeine Beschreibung

Die Region der Ogliastra ist eine noch weitgehend unentdeckte und authentische Gegend, die die perfekte Kombination aus Bergen und Meer bietet. Hier erwartet Sie das ursprüngliche Sardinien.



An einem sanften Hang oberhalb der Küste und des schönen Sandstrandes von Torre di Bari gelegen, ist das Vier-Sterne-Hotel von einer typischen mediterranen Vegetation mit wohlduften Sträuchern und blühenden Bougainvillea umgeben. Nur 500 Meter trennen Sie von einer kilometerlangen ruhigen Bucht.

Das freundliche Team des Hotels liest Ihnen fast jeden Wunsch von den Augen ab. Schon bei der Ankunft an der Rezeption werden Sie mit einem Lächeln begrüßt und durch das Haus geführt. Von der Rezeption gelangen Sie ins Restaurant, an die Bar, oder auf die schöne Terrasse, die einen weiten Blick auf den oberen Pool und das Meer bietet.



Kur/Hausprogramm

Alle KursleiterInnen werden von uns mit größter Sorgfalt ausgewählt. Sie arbeiten hauptberuflich als Lehrer der jeweiligen Übungsformen und zeichnen sich durch eine hohe Professionalität aus. So sind beispielsweise unsere Yogalehrer in der Regel Mitglieder im Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland (BDY).

Darüber hinaus haben unsere KursleiterInnen Erfahrung in der Leitung von Gruppen und der Vermittlung von Übungspraktiken. Wichtig ist neben einer sehr hohen fachlichen Qualifikation für uns aber vor allem auch die persönliche Ausstrahlung der KursleiterInnen, da diese Ebene unserer Meinung nach ebenfalls sehr wichtig für ein gelungenes und wohltuendes Seminar ist. Unsere KursleiterInnen geben ihr Wissen und ihre Erfahrungen daher auf einfühlsame Weise weiter und passen sich dem Kenntnisstand der Teilnehmer an.



Das Kursprogramm findet in der Regel an sechs Tagen morgens jeweils 90 Minuten und nachmittags jeweils 120 Minuten statt. Das Hotel verfügt über zwei schöne Yogahallen. Eine liegt oberhalb des Hotels und bietet Ihnen einen inspirierenden Ausblick auf das Meer. Die andere liegt im Garten, umgeben von Blumen und Pflanzen. Je nach Gruppengröße nutzen Sie eine der beiden Hallen.

Beide Hallen bieten viel Platz für Ihre Übungseinheiten und verfügen über einen schönen Holzboden. Die Seiten der Halle sind mit typisch sardischen Vorhängen geschlossen, die sich zur Seite öffnen lassen. Matten, Decken und Meditationskissen sind vorhanden. Außerdem wird Ihnen morgens vor dem Yoga Tee und Obst zur Verfügung gestellt.

Auf Wunsch können Sie im Hotel Massagen buchen. Fragen Sie einfach an der Rezeption!



Wohnen

Erbaut im traditionellen sardischen Stil gliedert sich das Vier-Sterne-Hotel in unterschiedliche Gebäude. Das Haupthaus beherbergt die Rezeption, das Restaurant, den oberen Poolbereich und im Obergeschoss die 10 Superior-Zimmer. Oberhalb der Superior-Zimmer befindet sich die große Yogahalle.



Die Standard-Zimmer liegen im Garten, etwa 30-150m vom Haupthaus entfernt. Jedes Zimmer hat einen eigenen, privaten Eingang und ist umgeben von einem großzügig angelegten, mediterranen Garten. Dort befindet sich ein weiterer Pool mit gemütlichen Sonnenliegen.



Die Zimmer sind komfortabel im sardischen Stil eingerichtet. Jedes Zimmer verfügt über ein Bad mit Dusche/WC. Zudem stehen den Gästen im Zimmer eine Minibar, Klimaanlage, ein Safe sowie ein LCD-TV und ein Föhn zur Verfügung.

Im Lounge-Bereich an der Rezeption haben Sie kostenlosen WLAN-Zugang. Den notwendigen Code können Sie sich bei den Mitarbeitern an der Rezeption abholen. Der Strand ist fußläufig in nur zehn Minuten zu erreichen.



Genießen

Die Region der Ogliastra bietet unzählige Köstlichkeiten, eine Küche mit charakteristischen Aromen und lokal-typischen Zutaten. Rezepte, die traditionell von einer Generation zur nächsten weiter gereicht werden, das Hotel-Restaurant bietet eine mediterran-sardische Küche mit besten Zutaten.



Zum Frühstück können Sie sich an einem Buffet bedienen und dazu italienische Kaffeespezialitäten genießen. Abends wird Ihnen ein Drei-Gänge-Menü serviert, in dem Ihnen die Varietät der Region auf schmackhafte Weise präsentiert wird. Zusätzlich können Sie sich an einem reichhaltigen Buffet bedienen. Auf Wunsch erhalten Sie vegetarische und auch vegane Menüs, geben Sie dem Hotel einfach vorher Bescheid!

Umgebung

Die Region der Ogliastra erstreckt sich von den Bergen des Supramonte mit seinen antiken Pfaden und einer unberührten Natur bis hin zum türkisfarbenen Meer mit seinen schönen langen Sandstränden und malerischen Klippen.



Vom Hotel aus können Sie mit dem eigenen Mietwagen das charakteristische Hinterland erkunden. Die kleinen Dörfer zu Füßen der Berge und die stolzen Hochebenen rund um das Gennargentu-Massiv sind von unverwechselbarer Schönheit. Von der Hochebene Golgo führen gewundene Pfade, die "Cordule", hinab zu wahren Traumstränden wie z.B. der Bucht Cala Sinise. Entlang der Straße gibt es kleine Kirchen, prähistorische Stätten und atemberaubende Panorama wie bei "Su Sterru". Es gibt auch die Möglichkeit, in den wohl schon aus der Nuraghenzeit stammenden kleinen Teichen "Is piscinas" zu baden. Sehr beliebte Ausflugsziele sind die Territorien rund um Girasole, Villagrande, Elini, Arzana, Ilbono und Lanusei. Die Bergkette des Gennargentu, der Flumendosa-See und der Tafelberg "La Perda Liana", der das Gebiet um Gairo, Ussassai, Ulassai und Seui charakterisiert. Ein Besuch ist natürlich auch der faszinierende Naturpark von Montarbu wert. Die Jahrtausende alten Pfade zwischen den Bergen, die für die "Transumanza" (dem sardischen Almbetrieb) in Richtung Meer benutzt wurden, stehen heute Naturinteressierten zur Verfügung und werden von lokalen Führern der Tramudas lebendig erklärt.



Vierzig Kilometer Küste mit langen Sandstränden, Buchten und malerischen Klippen, eine wunderschöne und faszinierende Landschaft, die geführt mit einem Schlauchboot oder einem Segelboot erkundet werden kann! Die Ogliastra bietet eine der abwechslungsreichsten Küstenstriche Sardinien! Hier kann man inzwischen seltene Tierarten wie die Möwe mit ihrem charakteristischen roten Schnabel "Gabbiano Corso", majestätische Falken und die Schildkröte mit dem wohlklingenden Namen "Careta Careta" fotografieren. Die Küste der Ogliastra ist natürlich auch besonders beliebt bei Tauchern: hier gibt es nicht nur Grotten und antike Relikte zu entdecken, sondern auch Barrakudas, Muränen, Zackenbarsche und andere Fischarten, typisch für diese Region Sardinien.

Mit dem Boot kann man beispielsweise die Insel "Isolotto d'Ogliastra" ansteuern und kommt dabei am charakteristischen Felsen "Pedralonga" und den verschiedensten Buchten und Meereshöhlen vorbei.

Tipp: Einmal wöchentlich wird ein Bootsausflug angeboten, fragen Sie einfach an der Rezeption!

Wer die Umgebung gerne aktiv auf dem Fahrrad erkunden möchte, der kann direkt im Hotel ein Fahrrad ausleihen! Alternativ gibt es in Tortoli (etwa 20 km entfernt) einen Roller-Verleih. Sie können sich dort mit dem Taxi hinbringen lassen und sich einen Roller ausleihen.

Enthaltene Leistungen

7 Übernachtungen im geteilten Standard-Doppelzimmer mit eigenem Bad vorbehaltlich einer Gegenbuchung · Halbpension (F, A, wahlweise vegetarisch) · An 6 Tagen jeweils 1x 90 Minuten und 1x 120 Minuten Yogaprogramm · NEUE WEGE Kursleitung · Begrüßungstreffen · Atmosfair-Beitrag (100%ige Co2-Kompensation Ihres Fluges) · NEUE WEGE Informationsmaterial

Wahlleistungen

Aufpreise der unterschiedlichen Zimmerkategorien finden Sie auf unserer Webseite unter:

www.neuwege.com/3ITH0300

- Flug ab Ihrem gewünschten Flughafen (Preis auf Anfrage)
- Transfer vom/zum Flughafen (Preis auf Anfrage)
- Reiseversicherung (Preis auf Anfrage)

Termine und Preise

Die detaillierten Kurstermine und Preise finden Sie auf unserer Website unter: www.neuwege.com/3ITH0300

Teilnehmerzahl

Mindestens 8, höchstens 20

Reisedauer

8 Tage

Praktische Hinweise

Atmosfair / Anreise / Transfers

Mit gutem Gewissen reisen! Die entstandene CO²-Emission Ihres Fluges nach Olbia wurde von NEUE WEGE Seminare und Reisen zu 100 % bei atmosfair kompensiert.

Das Geld wird in ein von atmosfair unterstütztes Projekt investiert, um dieselbe Menge an Kohlendioxid einzusparen, die durch den Flug entsteht. Nach dem Erdbeben in Nepal 2015 haben die Mitglieder des forum anders reisen das Projekt „Neue Energie für Nepal“ ins Leben gerufen, in das nun alle Kompensationszahlungen fließen, um den Wiederaufbau Nepals langfristig zu unterstützen. So werden Privathäusern, Schulen, Krankenstationen etc. verbrauchsarme Technologien zur Verfügung gestellt, die für eine ressourcensparende Versorgung mit Strom, Licht und Warmwasser sorgen und auch zur Verbesserung der Lebensbedingungen führen. atmosfair ist vom TÜV zertifiziert und wird laufend kontrolliert.

Anreise

Die Anreise erfolgt nach Olbia im Norden oder nach Cagliari im Süden. **Bitte beachten Sie, dass kein Sammeltransfer inkludiert ist.**

Wir empfehlen die Anmietung eines Mietwagens, um die wunderschöne Umgebung des Hotels flexibel erkunden zu können.

Auf Wunsch organisieren wir gerne einen Transfer vom/zum Flughafen zum Selbstkostenpreis. Die Kosten für einen Sondertransfer werden durch die mitfahrenden Gäste geteilt und direkt vor Ort im Hotel Galanias gezahlt:

Ab/Bis **Cagliari**: 1-3 Pers. 220 Euro / 4-8 Pers. 250 Euro / 9-20 Pers. 395 Euro (Preise pro Strecke)

Ab/Bis **Olbia**: 1-3 Pers. 240 Euro / 4-8 Pers. 280 Euro / 9-20 Pers. 415 Euro (Preise pro Strecke)

Im Zeitraum vom **01.06. – 15.09.2023** werden montags und samstags Sammeltransfers ab/bis Cagliari angeboten. Diese kosten 40 Euro pro Person / Strecke (Fahrzeit ca. 2,5 Stunden).

Abfahrt vom Flughafen Cagliari zum Hotel voraussichtlich: 12:30 Uhr + 19:00 Uhr

Abfahrt vom Hotel zum Flughafen voraussichtlich: 08:20 Uhr + 14:50 Uhr



Sonstiges

Verlängerungstage und auch individuelle Aufenthalte im Hotel sind auf Anfrage über NEUE WEGE buchbar.

Einreisebestimmungen / Sicherheit

Deutsche, Österreicher und Schweizer Staatsbürger können mit einem gültigen Personalausweis oder einem gültigen Reisepass nach Italien einreisen.

Unter folgendem Link finden Sie die aktuellen Einreise- und Corona Bestimmungen:

<https://travel-details.eu/de>

Geben Sie hier die folgende ID ein: RY9F-YXTY-EUHN

Bitte lesen Sie diese Bestimmungen gründlich durch. Weitere Details finden Sie unter dem angegebenen Link.

Sicherheitshinweise

Italien gilt im Allgemeinen als sicheres Reiseland. Da die Gefahr von Taschendiebstahl in Touristenzentren recht hoch ist, empfiehlt es sich hier das Geld am besten immer am Körper zu tragen. Ihr Bahn- oder Flugticket und Ihren Ausweis lassen Sie am besten in Ihrer Unterkunft.

Aktuelle Informationen zur Sicherheitslage finden Sie auf der Homepage des Auswärtigen Amtes.

Gesundheit und Impfungen

Laut Gesundheitsdienst vom Auswärtigen Amt sind für Italien keine besonderen Pflichtimpfungen vorgesehen. Achten Sie auf die Empfehlungen des Robert-Koch-Instituts bezüglich der empfohlenen Standardimpfungen.

Es besteht in Italien für alle Personen, die in Deutschland gesetzlich versichert sind, ein Anspruch auf Behandlung bei Ärzten, Zahnärzten und in Krankenhäusern, die vom ausländischen gesetzlichen Krankenversicherungsträger zugelassen sind. Als Nachweis ist die europäische Krankenversicherungskarte (EHIC) bzw. eine Ersatzbescheinigung vorzulegen. Beide Dokumente erhalten Sie von Ihrer Krankenkasse.

Der Abschluss einer Auslandsreise-, Kranken- und Rückholversicherung ist empfehlenswert.



Wichtige Medikamente

Nehmen Sie bitte Ihre gewohnten Medikamente in ausreichender Menge mit. Sie sollten sich eine kleine Reiseapotheke zusammenstellen. Wichtig sind Medikamente gegen Grippe, sowie Magen- und Darmverstimmungen.

Versicherung

Wir empfehlen Ihnen dringend eine Reiserücktrittskosten-Versicherung abzuschließen. So sind Sie finanziell geschützt, falls Sie Ihre Reise aus gutem Grund doch nicht antreten können. Außerdem empfehlen wir den Abschluss einer Auslandskrankenversicherung, damit Sie in Ihrem Reiseland abgesichert sind. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit bei Bedarf eine Reisegepäck- und Soforthilfe-Versicherung abzuschließen. Die gewünschten Versicherungen können Sie entweder direkt bei der Buchung, oder auch nachträglich bei NEUE WEGE buchen. So können Sie sich ganz beruhigt auf

den Urlaub freuen. Bitte beachten Sie im Einzelnen die Versicherungsbedingungen.



Umwelt

Nachhaltigkeit im Hotel:

Das Hotel Galanias bezieht die Lebensmittel zum größten Teil aus der Region bezogen. So werden Sie den Geschmack der Ogliastra kennenlernen. Bei der Einrichtung der Zimmer wurde darauf geachtet, regionale Materialien zu benutzen, so sind die Vorhänge aus sardischen Stoffen und die schönen Holzschränke in den Zimmern mit sardischen Mustern versehen.

Um die Umwelt und Ressourcen zu schützen verwendet das Haus Solarenergie und Energiesparlampen und achtet auf Mülltrennung. Bitte beachten Sie, dass die italienische Gesetzgebung es nicht erlaubt gänzlich auf Kleinverpackungen zu verzichten. Gerade im Bereich der Hygieneartikel (Seifen, Shampoos etc.) oder bei Buffets (Butter...) gibt es strikte Anweisungen für Hotels.

An einem Abend in der Woche können Sie in die Kultur der Insel Sardinien eintauchen. Dann werden traditionelle Lieder und Tänze vorgeführt und Sie können sogar selber daran teilnehmen und so die ältesten Traditionen der Insel kennenlernen.

Nachhaltigkeit auf Reisen:

Jeder noch so kleine Beitrag ist sehr wertvoll und kann helfen die natürlichen Ressourcen zu schonen. Wasser und Elektrizität sind in vielen Ländern ein knappes Gut. Durch einen sparsamen Umgang mit diesen Ressourcen unterstützen Sie eine nachhaltige Entwicklung.

Da die Mülltrennung in den Gastländern oftmals nicht den deutschen Verhältnissen entspricht, sollten Sie darauf achten, so wenig Müll wie möglich zu produzieren. Hierbei können schon ein paar kleine Schritte sehr hilfreich sein!

Wenn Sie Batterien und andere heikle Abfälle nicht vor Ort entsorgen, sondern diese wieder mit nach Deutschland nehmen, vermeiden Sie eine unnötige Belastung des Gastlandes. Beim Einkauf können Sie durch die Mitnahme eines Stoffbeutels den Gebrauch von Plastiktüten umgehen. So können Sie helfen, das Plastikaufkommen zu reduzieren.

Durch den partnerschaftlichen Austausch mit unseren Kooperationspartnern versuchen wir auch in den Häusern ein nachhaltiges Wirtschaften zu etablieren. Bitte beachten Sie aber, dass die Gesetzgebung der unterschiedlichen Länder dies manchmal erschwert. So dürfen beispielsweise in Italien Butter und andere gekühlte Lebensmittel nur in kleinen Verpackungen auf dem Büffet zur Verfügung gestellt werden.



Bewusst reisen mit NEUE WEGE

Mit NEUE WEGE reisen Sie nachhaltig!

Corporate Social Responsibility (CSR) beschreibt die unternehmerische Verantwortung für eine nachhaltige Entwicklung. Diese bezieht sich auf das wirtschaftliche Handeln eines Unternehmens, auf umweltbezogene Aspekte bis hin zu sozialen Beziehungen und Strukturen. Das Tourcert-Siegel, das von einem unabhängigen Zertifizierungsrat TourCert (Experten aus Tourismus, Wissenschaft, Umwelt, Entwicklung & Politik) vergeben wird, gibt Auskunft über die Wesentlichkeit und Überprüfbarkeit der nachhaltigen Entwicklung bei Touristikunternehmen. Nachhaltigkeit ist schon seit Firmengründung elementarer Bestandteil der NEUE WEGE Firmenphilosophie. Wir haben die CSR-Initiative ergriffen und geben Ihnen, als verantwortungsvollem Urlaubsgast, Orientierungshilfe und schaffen mehr Transparenz zum Thema Nachhaltigkeit. Seit Erhalt des CSR-Siegels in 2009 verfasst NEUE WEGE einen Nachhaltigkeitsbericht zur Dokumentation aller CSR-Aktivitäten. **Sehen Sie selbst und lesen Sie mehr im NEUE WEGE Nachhaltigkeitsbericht unter: www.neuwege.com/csr**

Reiseliteratur

Wir möchten Ihnen an dieser Stelle einige Reiseführer für Sardinien empfehlen.

Fohrer, Eberhard:

Sardinien Reiseführer Michael Müller Verlag.

Michael Müller Verlag (2022).

ISBN: 3956549414

Hans Bausenhardt, Timo Gerd Lutz:

MARO POLO Reiseführer Sardinien.

Mairdumont (2020).

ISBN: 3829750927

Vis-à-Vis Reiseführer Sardinien.

Dorling Kindersley Reiseführer (2020).

ISBN: 3734202914



Ihre persönliche Beratung



Michaela Heising
Beratung & Verkauf Europa
m.heising@neuewege.com
+49 2226 1588-108



NEUE WEGE GmbH
Am Getreidespeicher 11, 53359 Rheinbach
+49 (0)2226 1588-00
info@neuewege.com

  @neuewegereisen

www.neuewege.com

