



Detailprogramm

Deutschland

Vju Hotel:

Yoga Intensiv im Ostseebad Göhren

Inhalt

Reisedetails.....	3
Reiseverlauf.....	3
Allgemeine Beschreibung.....	3
Kur/Hausprogramm.....	3
Wohnen.....	4
Genießen.....	5
Umgebung.....	5
Enthaltene Leistungen.....	6
Zusätzliches Entgelt.....	6
Wahlleistungen.....	6
Praktische Hinweise.....	7
Atmosfair / Anreise / Transfers.....	7
Sonstiges.....	7
Einreisebestimmungen / Sicherheit.....	7
Gesundheit und Impfungen.....	7
Mitnahmeempfehlungen.....	7
Versicherung.....	7
Nebenkosten / Trinkgelder.....	8
Umwelt.....	8
Bewusst reisen mit NEUE WEGE.....	8
Zeitverschiebung und Klima.....	8
Essen und Trinken.....	9
Einkaufen und Souvenirs.....	9
Reiseliteratur.....	10
Ihre Reisenotizen.....	11

Reisedetails

Deutschland

Vju Hotel:

Yoga Intensiv im Ostseebad Göhren

Reiseverlauf

- Kleine, individuelle Gruppen
- Kilometerlanger Sandstrand fußläufig erreichbar
- Große Wellness- und Saunalandschaft
- Atemberaubender Blick über das Naturgebiet Mönchgut



Allgemeine Beschreibung

Das Ostseebad Göhren gehört zum Naturschutzgebiet Mönchgut auf der Insel Rügen. Das Vier-Sterne-Superior Vju Hotel besticht durch seine traumhafte Lage in unmittelbarer Strandnähe, abgeschirmt vom Verkehrslärm und umgeben von alten Bäumen. Das Hotel ist im Stil der Bäderarchitektur aus dem Jahre 1882 gebaut und liegt auf einer ins Meer ragenden Landzunge im Ostseebad Göhren.



Sehr markant sticht vor allem der Aussichtsturm hervor, was die Architektur des Hotels zu etwas Besonderem macht.

Ihre Yoga-Reise unter besonderen Voraussetzungen:

In Deutschland gelten aktuell keine besonderen Reisebedingungen für einen Aufenthalt in Hotels, Pensionen und anderen Übernachtungsbetrieben, auch die Maskenpflicht wurde aufgehoben.

In allen öffentlichen Bereichen des Hotels wird darauf geachtet, dass der Mindestabstand eingehalten wird. Wir möchten Sie bitten, in regelmäßigen Abständen die Hände zu waschen und zu desinfizieren.

Die Teilnehmerzahl bei den Yoga-Einheiten wird reduziert werden, damit der Mindestabstand eingehalten werden kann. Die Yogamatten werden jeden Tag gereinigt und desinfiziert.

Das Frühstück wird in drei unterschiedliche Zeiten eingeteilt, damit auch im Restaurant die Abstände eingehalten werden können. Auch für das optionale Abendessen hat man die Möglichkeit zu drei unterschiedlichen Zeiten zu speisen.

Derzeit ist die Nutzung der Wellnesslandschaft ist derzeit unbegrenzt möglich. Wellness- und Massageanwendungen dürfen angeboten werden.

Kur/Hausprogramm

In Ihrer Yoga-Woche sind acht Yoga-Einheiten á 75 Minuten enthalten. Der genaue Ablauf der Einheiten wird Ihnen vor Ort mitgeteilt. Sie üben entweder in einem der beiden Yogaräume oder je nach Wetter auf der Außenterrasse oder direkt am Strand.



Yogamaterialien wie Matten, Decken und Meditationskissen werden Ihnen zur Verfügung gestellt. Ihre Yoga-Einheiten werden von Yogalehrenden der Yogaschule YOGAmar Rügen angeleitet. Die Lehrenden der Yogaschule verfügen über ein breites Wissen und Erfahrung an klassischen und modernen Yogastilen. Mit sehr viel Herz und Engagement werden die Yoga-Einheiten geleitet.



Neben den Yoga-Einheiten steht Ihnen ein kleiner Fitnesskursraum zur Verfügung. In der Schwimmbad- und Wellnesslandschaft mit Blick auf das Meer können Sie Ihrem Körper besondere Momente der Entspannung gönnen. Buchen Sie vor Ort hochwertige Massagen oder Anwendungen mit Naturkosmetik aus dem Meer.

Zusätzlich steht Ihnen eine finnische Sauna, ein Sanarium, ein Dampfbad und eine Infrarotkabine zur Regenerierung der Muskeln zur Verfügung oder Sie ziehen Ihre Bahnen im Indoor-Pool.



Wohnen

Sie haben die Wahl im Haupthaus zu übernachten, das 2021 renoviert wurde, oder Sie machen es sich in einer der Villen Fortuna oder Felicitas gemütlich.

Von der Villa Felicitas, am Fuß des Berges gelegen, gelangen Sie über einen Bademantelgang mit mehreren Stufen ganz bequem in das Haupthaus. Die denkmalgeschützte Villa Fortuna befindet sich unmittelbar gegenüber des Vju Hotels.



Das Vju Hotel verfügt über 91 komplett renovierte Zimmer.

Darüber hinaus gibt es noch 42 Zimmer in den Villen Felicitas und Fortuna.



Die Zimmer sind gemütlich eingerichtet und verfügen nahezu alle über einen herrlichen Blick in die Landschaft oder auf die Ostsee, teilweise mit Balkon. Zur standardmäßigen Ausstattung gehören Schreibtisch, Sitzmöglichkeit, TV Flat Screen mit Radio, Safe, W-LAN sowie Fön und Kosmetikspiegel. Klimaanlage sind nicht vorhanden. Alle Zimmer sind circa 22 m² groß.

Genießen

Während Ihrer Reise erhalten Sie morgens ein umfangreiches Frühstücksbuffet im gläsernen Wintergarten mit einer großen Auswahl an süßen und pikanten Gerichten. Tagsüber stehen Ihnen kleine Snacks zur Verfügung oder eine Auswahl an hausgemachten Kuchen und Torten der eigenen Konditorin. Abends kann optional ein Buffet hinzugebucht werden oder Sie speisen im exklusiven Á la carte Restaurant Küstensilber. Alternativ haben Sie selbstverständlich die regionalen Spezialitäten in einem Restaurant im Ostseebad Göhren kennen zu lernen.



Tipp: Nehmen Sie Platz in einem Strandkorb auf der Seeblick-Terrasse des Vju Hotels. Von hier aus haben Sie einen wundervollen Blick auf das Meer und den kilometerlangen Sandstrand.

In den Sommermonaten können Sie hier Kaffee und Kuchen, kühle Drinks und eine feine Weinauswahl genießen!

Umgebung

Die etwa 1.000 km² große Insel Rügen verzaubert Sie mit einer unvergleichlichen Landschaft. Sanfte Hügelketten, wechseln sich mit Feldern und dichten Wäldern ab. Die Landschaft des Biosphärenreservates Südost-Rügens sorgt für eine aktive Erholung während Ihres Urlaubs. Die bekannten Kreidefelsen sind eine besondere Attraktion. Erkunden Sie die Umgebung auf ausgedehnten Wanderungen oder mieten Sie sich ein Fahrrad (E-Bike) im Ostseebad Göhren.



Göhren ist der perfekte Ausgangspunkt für unterschiedliche Ausflüge. So können Sie zum Beispiel mit der historischen Schmalspurbahn „Der rasende Roland“ nach Lauterbach fahren und in historischem Ambiente herrliche Blicke auf die Landschaft genießen. Oder wie wäre es mit einer Schiffsfahrt von der Seebrücke? Genießen Sie eine Rundfahrt, bei der Sie die Kreidefelsen in ihrer Einzigartigkeit bewundern können.

Für alle die hoch hinaus wollen ist sicherlich ein Besuch im Baumwipfel-Pfad Prora ein gelungener Tagesausflug. Der Pfad führt durch die Baumkronen eines naturnahen Buchenwaldes und bietet Ihnen tolle Ausblicke über die Insel. Mit etwas Glück können Sie die heimischen Seeadler beim Gleitflug beobachten.

Attraktive Ostseebäder mit der beeindruckenden Bäderarchitektur und urige kleine Dörfchen zieren die Landschaft. Feine Sandstrände eröffnen Ihnen Möglichkeiten für ausgedehnte Spaziergänge zu jeder Jahreszeit.

Enthaltene Leistungen

7 Übernachtungen in der gewählten Zimmerkategorie · Frühstückbuffet · Persönliche Betreuung · 8 Yoga-Einheiten á 75 Minuten · Saunanutzung · Abschlussgespräch und Tipps für Zuhause · Kursleitung durch die Yogalehrenden der Yogaschule YOGAmar · NEUE WEGE Informationsmaterial

Zusätzliches Entgelt

Kurtaxe von 2,10 Euro pro Person / pro Tag in der Nebensaison (Jan-April + Nov-Dez) bzw. 2,85 Euro in der Hauptsaison (Mai-Okt), vor Ort zu zahlen

Wahlleistungen

- Bahnfahrkarte (Preis auf Anfrage)
- Reiseversicherung (Preis auf Anfrage)

Praktische Hinweise

Atmosfair / Anreise / Transfers

Mit dem Zug können Sie bequem zum Bahnhof Binz auf die Insel Rügen reisen. Von dort aus können Sie entweder mit dem Bus oder Taxi nach Göhren fahren. Gerne buchen wir Ihnen ein touristisches Bahnticket für eine entspannte und umweltschonende An- und Abreise.



Sonstiges

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

Einreisebestimmungen / Sicherheit

In Deutschland gelten aktuell keine besonderen Reisebedingungen für einen Aufenthalt in Hotels, Pensionen und anderen Übernachtungsbetrieben, auch die Maskenpflicht wurde aufgehoben.

Gesundheit und Impfungen

Nehmen Sie bitte Ihre gewohnten Medikamente in ausreichender Menge mit. Sie sollten sich in Absprache mit Ihrem Hausarzt eine kleine Reiseapotheke zusammenstellen. Wichtig sind Medikamente gegen Grippe, sowie Magen- und Darmverstimmungen. Schützen Sie sich vor zu langer und intensiver Sonneneinstrahlung mit einem leichten Sonnenhut, einer guten Sonnenbrille und Cremes für die Lippen und Haut. Denken Sie auch an einen ausreichenden Schutz vor Insektenstichen. Wer regelmäßig Medikamente einnehmen muss, unter psychischen oder physischen Krankheiten leidet, sollte vor Abreise seinen Hausarzt konsultieren.



Mitnahmeempfehlungen

Wir empfehlen Ihnen leichte und bequeme Kleidung für die Yoga-Einheiten mitzubringen. Bitte denken Sie an einen angemessenen Sonnen- und Insektenschutz. Außerdem empfiehlt sich wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk, für eventuelle Ausflüge. Für die kühlere Jahreszeit ist wärmende Kleidung empfehlenswert.

Versicherung

Wir empfehlen Ihnen dringend eine Reise-Rücktrittskosten-Versicherung abzuschließen. So sind Sie finanziell geschützt, falls Sie Ihre Reise aus gutem Grund doch nicht antreten können. Darüber hinaus können Sie bei Bedarf eine Reisegepäck-, Kranken- und Soforthilfe-Versicherung abschließen. Die gewünschten Versicherungen können Sie entweder direkt bei Reisebuchung oder auch nachträglich über Neue Wege abschließen und sich so ganz beruhigt auf Ihren Urlaub freuen. Bitte beachten Sie im Einzelnen die Versicherungsbedingungen.



Nebenkosten / Trinkgelder

Es ist schön, wenn das gesamte Team vom Service bis zur Küche, den Reinigungskräften und dem Hausmeister gleichmäßig Anteil am Trinkgeld hat. Daher empfehlen wir das Trinkgeld am Ende Ihres Aufenthaltes an der Rezeption für das gesamte Team abzugeben. Wir empfehlen, je nach Zufriedenheit 25-35 Euro für die Woche einzuplanen.

Umwelt

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.

Nachhaltigkeit im Vju Hotel:

Das Hotel verzichtet bewusst auf kleine Portionsverpackungen bei Kosmetikprodukten und beim Frühstück. Jeder Gast kann für sich selbst entscheiden, ob sein Zimmer gereinigt werden soll. Die Reinigungsmittel werden sparsam eingesetzt und entsprechend den neuesten ökologischen Standards.

Wo immer es möglich ist, greift das Vju Hotel auf Lieferanten aus dem Ort zurück und in der Küche wird viel Wert auf den Einkauf regionaler und saisonaler Lebensmittel gelegt.

Seit 2020 beteiligt sich das Hotel an der KOR-Kampagne des NABU mit dem Sammeln von Flaschenkorken, um diese entsprechend zu recyceln.



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.neuweege.com/csr**

Zeitverschiebung und Klima

Im Großen und Ganzen unterscheidet sich das Klima an der Ostsee nur geringfügig von der typischen Temperaturen in Mitteldeutschland. Durch die Lage am Meer sind natürlich maritime Einflüsse zu spüren. Rügen gilt als einer der Orte in Deutschland mit den höchsten Sonnenstunden im Jahr. Besonders von Juni bis August empfiehlt sich die Insel für einen Badeurlaub. Im Frühling und Herbst kann man einen Urlaub an der Ostsee besonders nutzen, um ausgedehnte Wanderungen zu unternehmen.

Essen und Trinken

Früher war die Küche Rügens vor allem durch zwei Worte gekennzeichnet – Deftig und Einfach! Es wurde das verarbeitet, was die eigene Landwirtschaft und die Ostsee hergaben, also Fisch, Geflügel, Fleisch, Kartoffeln, Rüben und Kohl. Die relativ schweren Speisen hielten lange satt.

Gerade in den letzten Jahren machte die Küche Rügens einen Wandel durch. Die traditionellen Gerichte und Rezepte sind geblieben und wurden mit modernen Elementen verfeinert. Vor allem der Fokus auf regionale Produkte ist geblieben. Auch Fisch ist immer noch eines der am häufigsten zubereiteten Gerichte. Mittags zieht es viele Besucher in die kleinen Imbissbuden und Fischkutter am Wegesrand, um ein köstliches Fischbrötchen zu probieren.



Einkaufen und Souvenirs

Es gibt viele typische Mitbringsel, die Sie Ihren Lieben daheim von Rügen mitbringen können. Bernsteine sind dabei ein ganz besonderes Highlight. In den Ortschaften finden Sie viele kleine Ateliers, in denen Sie diese erwerben können. Die persönlichere und günstigere Variante sind Feuersteine, mit Loch in der Mitte auch Hühnergott genannt. Diese Steine findet man entlang der Küste Rügens. Durch das Loch kann man eine Halskette daraus machen, die dem Träger Glück bringen soll. Ein weiteres besonderes Geschenk ist die Rügener Heilcreide. Die Wirkung und Anwendungsweise ist sehr vielfältig. Außerdem beliebt sind Erzeugnisse aus Sanddorn, ob eine leckere Marmelade, oder ein Likör, hier gibt es viele unterschiedliche Produkte.

Reiseliteratur

Es gibt eine Vielzahl an literarischen Werken, die sich mit Deutschland beschäftigen. Wir möchten Ihnen an dieser Stelle eine Auswahl an Reiseführern empfehlen, die auf anschauliche Art und Weise Deutschland mit seinen Besonderheiten und Sehenswürdigkeiten beschreiben und sich auf die Ostsee konzentrieren.

Christmann, Mathias

DuMont Reise-Taschenbuch Reiseführer Rügen, Hiddensee & Stralsund
DUMONT Reiseverlag (2020).
ISBN: 3616020883

Engelhardt, Marc

MARCO POLO Reiseführer Rügen, Hiddensee, Stralsund
MAIRDUMONT (2020).
ISBN: 3829750854



Ihre persönliche Beratung



Lisa Barthel
Beratung & Verkauf Europa
l.barthel@neuewege.com
+49 2226 1588-114



Anja Frigger
Produktmanagerin Europa
a.frigger@neuewege.com
+49 2226 1588-104



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

  @neuewegereisen

www.neuewege.com

