



Detailprogramm

Deutschland

Osterhof Fehmarn:

Naturnaher Yoga-Urlaub für alle Sinne

Inhalt

Reisedetails.....	3
Allgemeine Beschreibung.....	3
Kur/Hausprogramm.....	3
Wohnen.....	4
Genießen.....	4
Umgebung.....	5
Enthaltene Leistungen.....	5
Wahlleistungen.....	5
Termine und Preise.....	5
Teilnehmerzahl.....	5
Reisedauer.....	5
Praktische Hinweise.....	6
Anreise / Transfers.....	6
Sonstiges.....	6
Versicherung.....	6
Umwelt.....	6
Bewusst reisen mit NEUE WEGE.....	7
Zeitverschiebung und Klima.....	7

Reisedetails

Deutschland

Osterhof Fehmarn:

Naturnaher Yoga-Urlaub für alle Sinne

- Kleine, individuelle Gruppen
- Yoga in absoluter Ruhe
- Landhotel mit familiärem Charme
- Ayurvedische Verpflegung genießen



Allgemeine Beschreibung

Der Osterhof liegt mitten auf der drittgrößten Insel Fehmarn. Nur etwa drei Kilometer trennen Sie von der schönen Ostsee. Umgeben von ruhiger Natur, Feldern und Wiesen, verbringen Sie hier einen naturnahen Urlaub für Ihre Sinne.



Das Landhaus ist ein 150 Jahre alter Bahnhof, der liebevoll renoviert wurde. Die beiden Besitzer Annemarie und Giacomo Giordano haben den Hof übernommen und freuen sich, Sie vor Ort kennenzulernen.

Annemarie Giordano hat eine Ausbildung zur Ayurveda- und Gesundheitsberaterin absolviert. Auf dem Osterhof wird daher die norddeutsche Tradition mit der ayurvedischen Lebensphilosophie kombiniert.

Kur/Hausprogramm

Alle KursleiterInnen werden von uns mit größter Sorgfalt ausgewählt und zeichnen sich durch hohe Professionalität aus. So sind beispielsweise unsere Yogalehrenden 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 wichtig für ein gelungenes und wohltuendes Seminar ist.



Das Kursprogramm findet an sechs Tagen statt, morgens vor dem Frühstück 90 Minuten und eine zweite Einheit von 120 Minuten am Nachmittag. Materialien wie Matten, Decken und Meditationskissen werden Ihnen hier zur Verfügung gestellt. Genießen Sie ganzheitliche Yoga-Stunden im schönen Yoga-Raum des Landhauses.

Sie können auf Wunsch vor Ort unterschiedliche Massagen hinzubuchen. Lassen Sie sich von erfahrenen Massage-Therapeuten verwöhnen und gönnen Sie sich eine ayurvedische Ganz- oder Teilkörper-Massage, eine stoffwechselaktivierende Kräutermassage oder auch Craniosacrale Behandlungen. Ebenfalls können Sie ganzheitliche Gesundheitsberatungen und Ernährungsberatungen buchen.



Wohnen

Der Osterhof erstreckt sich über mehrere Gebäude. Das Haupthaus vereint den Empfangsbereich und den Yoga-Raum. Wenige Schritte vom Haupthaus entfernt, rechter Hand, gibt es ein „Altes Backhaus“ in dem drei Ferienwohnungen untergebracht sind.



Ihre Unterkünfte befinden sich linker Hand vom Haupthaus. Die Villa Agni und Villa Jala sind zwei geräumige Ferienhäuser, in denen sich 3-4 Zimmer befinden sowie zwei Badezimmer, einen Wintergarten und eine eigene Sauna. In den beiden Villen steht jeweils kostenfreies WLAN zur Verfügung.

In der Villa Agni gibt es drei Schlafzimmer und zwei Badezimmer. Zwei Schlafzimmer sind mit Doppelbetten ausgestattet und ein Schlafzimmer mit zwei Einzelbetten. Das Ferienhaus ist 150 m² groß. Durch die Süd-West Ausrichtung werden Sie von der Mittags- und Abendsonne verwöhnt. Außerdem stehen in der Villa ein Kamin, Wintergarten, Balkon, Terrasse sowie eine private Sauna zur Verfügung.



Die Villa Jala verfügt über vier Schlafzimmer und zwei Badezimmer. Zwei Schlafzimmer sind auch hier mit Doppelbetten und zwei Schlafzimmer mit jeweils zwei Einzelbetten ausgestattet. Diese Villa ist in Richtung Süd-Ost gelegen, was Ihnen Morgensonne beschert. Auch dieses Haus ist insgesamt 150 m² groß. Ein Wintergarten, Terrasse, Balkon und die private Sauna stehen Ihnen auch hier zur Verfügung.

Der Garten ist etwa 500 m² groß. Zahlreiche Obstbäume zieren das große Areal. Außerdem finden Sie dort einen Kräuter- und Gemüsegarten, sowie eine Hühnerwiese.



Genießen

Bewusste Ernährung ist ein wichtiger Baustein ganzheitlicher Gesundheit. Das Team bietet Ihnen während Ihrer Yoga-Reise eine schmackhafte und ayurvedische Halbpension. Die Mahlzeiten werden thematisch an die Inhalte Ihrer Yoga-Praxis angepasst, um die Übungseinheiten optimal zu unterstützen.

Die ausgewählten Zutaten sind regional und saisonal und werden zum Teil selber angebaut. Natürlich werden einige fernöstliche Lebensmittel verwendet und regional kombiniert. Lassen Sie sich und Ihren Gaumen verwöhnen.



Umgebung

Während Ihrer Reise in den Osterhof können Sie sich einmal komplett auf sich selbst konzentrieren. Fehmarn ist ein Natur-Paradies und eignet sich hervorragend für lange Spaziergänge in der Natur oder am Meer. Der nächste Strand ist etwa 3 Kilometer entfernt und kann fußläufig erreicht werden. Alternativ können Sie etwa 150 Meter vom Haus entfernt Fahrräder ausleihen und so flexibel die Insel erkunden.

Schon bei Ihrer Ankunft auf die Insel werden Sie die lange Fehmarnsundbrücke bestaunen können. Der Anblick der 1 Km langen Brücke lässt schon erahnen, wie fernab des Trubels dieser besondere Ort ist.



Enthaltene Leistungen

7 Übernachtungen im geteilten Doppelzimmer mit geteiltem Bad - vorbehaltlich einer Gegenbuchung • Ayurvedische, vegetarische Halbpension (F, A,) • An 6 Tagen jeweils 1x 90 Minuten und 1x 120 Minuten Yogaprogramm • NEUE WEGE Kursleitung • Begrüßungstreffen • NEUE WEGE Informationsmaterial

Wahlleistungen

- Reiseversicherung (Preis auf Anfrage)
- Touristisches Bahnticket (Preis auf Anfrage)

Termine und Preise

Die detaillierten Kurstermine und Preise finden Sie auf unserer Website unter:

www.neuewege.com/3DEH3900

Teilnehmerzahl

Mindestens 8, höchstens 12

Reisedauer

8 Tage

Praktische Hinweise

Anreise / Transfers

Sie können mit dem Zug bequem bis nach Burg auf Fehmarn fahren. Von dort sind es noch etwa 10 Kilometer zum Haus. Ein Taxi kostet etwa 15 Euro pro Strecke und ist vor Ort zu zahlen. Alternativ kann man nach Fehmarn auch mit dem PKW anreisen, da die Insel über eine Brücke mit dem Festland verbunden ist.



Sonstiges

Verlängerungen und individuelle Aufenthalte können auf Anfrage auch direkt über NEUE WEGE gebucht werden.



Versicherung

Wir empfehlen Ihnen dringend eine Reise-Rücktritts-kosten-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.

Umwelt

Nachhaltigkeit im Haus:

Im Einklang mit der Natur leben ist für das Team vom Osterhof Fehmarn absolut wichtig! Der 150 Hektar große Betrieb wird in 5. Generation geführt und orientiert sich an den Prinzipien der regenerativen Landwirtschaft. Die Ziele sind nachhaltiger Aufbau des Bodens, Förderung von Biodiversität und Verbesserung der Nährstoffkreisläufe.

Für Ihre Speisen werden fast ausschließlich regionale Lebensmittel bezogen. Für die eigenen Hühner wurde sogar ein „Hühnermobil“ gebaut, in dem die 250 Hühner glücklich gackern. Die frischen Eier werden direkt vom Hof aus verkauft.

Außerdem ist der Osterhof Mitglied bei „Landgrün“, dem Nachhaltigkeitsiegel des Vereins Landreise. LANDGRÜN steht für Gastgeber und Unterkünfte in ganz Europa, die besonderes Augenmerk auf Nachhaltigkeit legen und in verschiedenen Kriterien der Bereiche erfolgreich geprüft wurden.

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!

Beim Einkauf können Sie durch die Mitnahme eines Stoffbeutels den Gebrauch von Plastiktüten umgehen. So können Sie helfen, das Plastikaufkommen zu reduzieren.



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.

Ihre persönliche Beratung



Michaela Heising
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

