



## *Detailprogramm*

### Spanien

Lotus del Mar:

Kraft tanken auf der Vulkaninsel Lanzarote

# Inhalt

Reisedetails.....	3
Reiseverlauf.....	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
Einreisebestimmungen / Sicherheit.....	7
Gesundheit und Impfungen.....	7
Versicherung.....	8
Umwelt.....	8
Bewusst reisen mit NEUE WEGE.....	9
Ihre Reisenotizen.....	10

# Reisedetails

## Spanien

### Lotus del Mar: Kraft tanken auf der Vulkaninsel Lanzarote

#### Reiseverlauf

- Familiengeführte Appartement-Anlage
- Yoga & Meditation in kleiner Gruppe
- Inspirierende Lage am Atlantik
- Vielfältige Umgebung erkunden

#### Allgemeine Beschreibung

Im Norden der Kanareninsel Lanzarote, liegt die Appartement-Anlage „Lotus del Mar“. Der kleine Ort Mala ist seit den 80-er Jahren Heimat der deutschen Auswandererfamilie Himmelsbach. In diesem liebevoll geführten Familienbetrieb können Sie zur Ruhe kommen und das authentische Lanzarote erleben.



Das Anwesen erstreckt sich insgesamt auf über 12.000 m<sup>2</sup> und ist über drei Gebäude-Komplexe verteilt. Die Apartments liegen fußläufig ca. 15 Minuten voneinander entfernt. Als besonderes Highlight und Wahrzeichen der Anlage, finden Sie im oberen Teil der Anlage die Pyramide. Hier können Sie meditieren und die besondere Energie dieses Kraftortes spüren.



Das Meer ist fußläufig in etwa 10-20 Minuten zu erreichen, je nachdem in welchem Teil der Anlage Sie wohnen. Dort befindet sich das Natursteinbecken von Mala, den sogenannten Gezeiten-Pool. Bei Flut können Sie hier sicher und entspannt schwimmen, bei Ebbe dient es eher als Planschbecken. Bitte beachten Sie, dass dieser Pool auch von anderen Touristen und Einheimischen genutzt wird.

#### 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.



Die Kurse finden an 6 Kurstagen statt. Die Einheiten finden in der Regel jeden Morgen 90 Minuten vor dem Frühstück statt. Am Nachmittag genießen Sie eine weitere 120-minütige Übungseinheit (Änderungen vorbehalten).

### Wohnen

Insgesamt 10 Apartments befinden sich in drei unterschiedlichen Gebäudekomplexen, die etwa 15 Minuten voneinander entfernt liegen. Das Seminarzentrum „Namaste“ liegt in der Mitte der Unterkünfte. Ein kurzer Spaziergang durch den Ort bringt Sie zu Ihrer Übungseinheit am Morgen oder Nachmittag. Am Abend kann es auf dem Rückweg zu Ihren Apartments etwas dunkler werden, hier empfehlen wir Ihnen eine Taschenlampe mitzunehmen.



Die Finca Margaretha liegt im oberen Teil des Dorfes Mala. Sie beherbergt vier Apartments: Casa Tipica, Casa Hibiscus, Casita Corral und Casita Margaretha. Dies ist der ursprünglichste Teil des Anwesens. Früher wurde hier Landwirtschaft betrieben, vor allem der Anbau der Opuntien – einer Kakteenart, die zur Herstellung des natürlichen Farbstoffes „Karmine“ dient. Die

Apartments wurden liebevoll und achtsam restauriert, im traditionellen Stil. In diesem Teil des Anwesens steht auch die Pyramide.



Das zweite Gebäude ist die Casa Santa Maria, die Ende der 70-er Jahre gebaut wurde. Mittlerweile ist das Umland zum Naturschutzgebiet erklärt worden, so dass Sie hier fast in Alleinlage wohnen. Zur Casa Santa Maria gehören die Apartments La Honduras, La Baja, Punta de la Pared und Vaya Querida. Die Namen sind die Felsvorsprünge der angrenzenden Küstenlinie. Von hier aus zum Natursteinbecken sind es nur etwa 200 m.



Die Casa Marlene ist das dritte Wohngebäude. Hier erleben Sie Licht und Weite der Insel auf eine ganz besondere Art und Weise, dies sind die größten Apartments: Vista Sol und Vista Luna. Sie liegt neben der Casa Santa Maria, in direkter Lage zum Meer.



Jedes Appartement wurde liebevoll renoviert. Die Küchen sind sehr gut ausgestattet, hier finden Sie alles, was Sie benötigen. Ein Sat-TV, Radio und WLAN sowie Haartrockner sind ebenfalls in jedem Appartement vorhanden. Die hochwertigen Matratzen wurden sorgfältig ausgewählt und sorgen für erholsamen Schlaf. Auf jeder Terrasse steht ein Terrassentisch mit Stühlen und Sonnenliegen sowie Sonnenschirm zur Verfügung.

Auf den Appartements wird Ihnen eine 5 Liter Flasche mit Wasser für die erste Versorgung zur Verfügung gestellt. Weitere Flaschen können vor Ort käuflich erworben werden. Das Leitungswasser vor Ort ist nicht trinkbar.

Während der Woche ist keine reguläre Zimmerreinigung vorgesehen. Sollten Sie eine Zwischenreinigung wünschen, geben Sie bitte bei Herrn Himmelsbach Bescheid.

Zum Team gehört auch ein lieber Schäferhund, der sich über Streicheleinheiten freut.



## Genießen

Während Ihrer Yoga-Reise erhalten Sie eine vegetarische Halbpension. Morgens nach der ersten Übungseinheit wird Ihnen ein Frühstücksbuffet im Speisesaal geboten. Dieser Raum befindet sich ebenfalls im Seminarhaus, so dass Sie direkt gemütlich rübergehen können. Am Abend findet hier ebenfalls das Abendessen statt. Sie erhalten ein Buffet aus vegetarischen Köstlichkeiten der Insel.

Im Speisesaal steht ein Kühlschrank mit Getränken bereit. Hier können Sie sich bedienen und sich in eine Liste eintragen. Die Abrechnung erfolgt zum Ende der Woche.

Da jedes Appartement über eine eigene Küchenzeile verfügt, können Sie sich mittags selbst verpflegen. **Bitte beachten Sie, dass der nächste Supermarkt im Nachbarort Arrieta liegt.**

Sie können mit dem Bus nach Arrieta fahren, einfach ist es, wenn Sie sich einen Mietwagen für die Woche buchen. So sind Sie flexibel und können zudem noch Umgebung erkunden.

## Umgebung

Lanzarote hat viel zu bieten. Wir empfehlen Ihnen einen Mietwagen zu buchen, damit Sie sich die Naturwunder der Insel individuell anschauen können. Je nach Verfügbarkeit kann auch für einzelne Tage ein Mietwagen ab Costa Teguse gebucht werden. Dieser Ort ist nur 20 Minuten von Mala entfernt. Sprechen Sie uns auf Wunsch gerne an.

1993 wurde Lanzarote aus Biosphären-Reservat in das Weltnetz der geschützten Biosphären eingegliedert. Geprägt ist das Bild der Insel sehr stark durch den Künstler César Manrique. Er stellte sich die Aufgabe Kunst und Natur harmonisch zu verbinden. Er hat insgesamt sieben Natur- und Kultur-Zentren auf der Insel errichtet, die man besuchen kann.

In der direkten Umgebung der Anlage „Lotus del Mar“ befindet sich der „Jardin de Cactus“ (Kakteengarten), der eine große Vielfalt an unterschiedlichen Kakteenarten beherbergt.



Etwa 8 km nördlich von Mala befindet sich ein einzigartiges Höhlen- und Tunnelsystem – Jameos del Agua. In einer multimedialen Ausstellung erfahren Sie mehr über den weltweiten Vulkanismus. Hier finden Sie außerdem die berühmten, blinden Albinokrebse an.

Die berühmten Feuerberge sind ebenfalls einen Besuch wert. Im Südwesten der Insel erstrecken sich die

„Montañas del Fuego“ im Timanfaya Nationalpark. Diese bizarre Lavalandschaft entstand nach den letzten Vulkanausbrüchen im 18. Und 19. Jahrhundert.

Wer gerne im Meer schwimmen möchte, findet im Nachbarort Arrieta mit „La Garita“ einen herrlichen Sandstrand. Arrieta liegt nur 3 Kilometer von Mala entfernt. Das Wasser fällt hier flach ab, so dass man gut schwimmen gehen kann.

In Mala gibt es eine Bushaltestelle, wo 2-3 mal am Tag Busse in unterschiedliche Richtungen fahren. Detaillierte Informationen zu den Verbindungen finden Sie auf dieser Webseite: [www.lanzarote.com](http://www.lanzarote.com)



Die Bucht von Famara ist ein Hotspot für Wind-, Kite- und Wellensurfer. Hier können Sie die abenteuerlustigen Wellenreiter beobachten oder einen ausgedehnten Spaziergang am 6km langen Sandstrand unternehmen.

Auch die alte Inselhauptstadt Tegüise ist einen Besuch wert. Hier finden Sie kleine Gassen mit Restaurants und Geschäften und können nach Lust und Laune shoppen.



## Enthaltene Leistungen

7 Übernachtungen im geteilten Appartement (Casita Coral) mit eigenem Bad/WC 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.neuweege.com/HESH2900](http://www.neuweege.com/HESH2900)

- Flug ab Ihrem gewünschten Flughafen (Preis auf Anfrage)
- Reiseversicherung (Preis auf Anfrage)

## Termine und Preise

Die detaillierten Kurstermine und Preise finden Sie auf unserer Website unter: [www.neuweege.com/HESH2900](http://www.neuweege.com/HESH2900)

## Teilnehmerzahl

Mindestens 8, höchstens 20

## Reisedauer

8 Tage

# Praktische Hinweise

## Atmosfair / Anreise / Transfers

Mit gutem Gewissen reisen! Die entstandene CO<sup>2</sup>-Emission Ihres Fluges nach Arrecife 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

Sie fliegen bis nach Arrecife. Gerne vermitteln wir Ihnen einen passenden Flug ab Ihrem gewünschten Abflughafen. Vom Flughafen sind es etwa 30 Minuten bis nach Mala.

**Wir empfehlen Ihnen die Buchung eines Mietwagens ab / bis Flughafen, um die eindrucksvolle Umgebung individuell erkunden zu können.** Ohne Mietwagen wird es etwas mühsamer, sich vor Ort fortzubewegen. Alternativ können Sie ein Taxi vom Flughafen nehmen. Die Kosten liegen bei etwa 50 Euro pro Strecke.



## Einreisebestimmungen / Sicherheit

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

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

<https://travel-details.eu>

**Geben Sie hier die folgende ID ein:**

**V9XF-QCUN-UZMV**

**Bitte lesen Sie diese Bestimmungen gründlich durch.**

### Sicherheitshinweise

Spanien ist im Allgemeinen ein sicheres Reiseland. Da die Gefahr von Taschendiebstahl in Touristenzentren recht hoch ist, sollten Sie Ihr Geld am besten immer am Körper tragen. Ihr Flugticket und Ihren Ausweis lassen Sie am besten in Ihrer Unterkunft.

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

## Gesundheit und Impfungen

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

Es besteht in Spanien 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 in Absprache mit Ihrem Hausarzt 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 Haus:

Der Familienbetrieb besteht seit mehreren Jahren und wird nun in zweiter Generation fortgeführt und ist stetig gewachsen. Bei der Gestaltung und Renovierung der einzelnen Apartments wurde darauf geachtet, dass nur regionale Materialien verwendet werden, die aus der Umgebung stammen und zum natürlichen und kulturellen Umfeld passen.

Für die Reinigung der Apartments werden biologisch abbaubare Reinigungsmittel verwendet. Die Reinigung findet nur auf Wunsch statt. Außerdem wird darauf geachtet, Materialien zu recyceln und eigene Wasserreserven zu verwenden. Im Seminarraum wird den Gästen kostenfreies Wasser zur Verfügung gestellt.

Die Mahlzeiten werden von einer externen, inselansässigen Catering-Firma gestellt. Die Zutaten werden

weitgehend in Bio-Qualität bezogen oder stammen aus dem eigenen Anbau.

### 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 Müllentsorgung 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.



## 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](http://www.neuwege.com/csr)**





## Ihre persönliche Beratung



Claudia Sanders  
Beratung & Verkauf Europa  
c.sanders@neuewege.com  
+49 89 413250537



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

  @neuewegereisen

[www.neuewege.com](http://www.neuewege.com)

