Neue Wege
Bewusst Reisen



Detailprogramm

Portugal

Hotel FeelViana:
Yoga-Urlaub im grünen Norden Portugals

Inhalt

Reisedetails ... 3
Allgemeine Beschreibung ... 3
Kur/Hausprogramm ... 4
Wohnen ... 4
Genießen ... 5
Umgebung ... 5
Zusätzliches Entgelt ... 6
Wahlleistungen ... 6
Termine, Preise und enthaltene Leistungen ... 6
Praktische Hinweise ... 7
Anreise / Transfers ... 7
Sonstiges ... 7
Einreisebestimmungen / Sicherheit ... 7
Gesundheit und Impfungen ... 7
Versicherung ... 8
Umwelt ... 8
Bewusst reisen mit NEUE WEGE ... 8
Zeitverschiebung und Klima ... 9
Ihre Reisenotizen ... 10

Reisedetails

Portugal
Hotel FeelViana: Yoga-Urlaub im grünen Norden Portugals

- Yoga & Entspannung am Atlantik
- Vielfältiges Sportangebot: Kitesurfen, Stand-Up Paddling & E-Bikes
- Kilometerlange Strandspaziergänge
- Gemütlicher SPA-Bereich mit Pool
- Sporthotel am Meer mit EU Ecolabel



Allgemeine Beschreibung

Herzlich Willkommen im ersten Sporthotel Portugals. Das Vier-Sterne-Hotel FeelViana wird Sie mit seinem natürlichen und gemütlichen Charme begeistern! Das Haus wurde erst 2017 eröffnet, liegt an einem duftenden Pinienwald und fügt sich mit seiner Holzarchitektur in die Landschaft ein.

Das Hotel besteht aus einem zweigeschossigen Hauptgebäude mit 46 Zimmern, 9 Bungalows und einem angeschlossenen Sportzentrum. Hier können Sie zahlreiche Aktivitäten ausüben, wie beispielsweise Kite surfen, Wind surfen, Surfen, Stand-Up-Paddling, Trail Running und Trekking. Sie haben noch keine Surf-Erfahrung möchten es aber gerne mal ausprobieren? Kein Problem, das Sportzentrum bietet sowohl Schnupper-Gruppenkurse als auch Einzelstunden an. Das Hotel bietet somit die perfekte Kombination aus sportlichen Aktivitäten sowie Entspannung und Erholung.



Über einen kurzen Holzpfad, vorbei an Pinien und Sanddünen, erreichen Sie innerhalb von 5 Gehminuten den Cabeldo Strand. Zur linken Seite ist dieser Strand frei begehbar und Sie können kilometerlange Strandspaziergänge in beeindruckender Natur unternehmen. Den nächsten Ort erreichen Sie nach etwa 5 Kilometern. Am eigenen Strandabschnitt können Sie sich im Sommer an der Beach Bar mit kleinen Snacks und kühlen Getränken versorgen. Genießen Sie die Sonne mit Blick direkt auf den Atlantik oder beobachten Sie die Surfer im Meer.



Tipp: Etwa 150 Meter weiter rechts befindet sich eine zweite Strandbar, die ebenfalls ein schönes und kostengünstiges Angebot hat.



Kur/Hausprogramm

Alle Kursleitenden 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 Kursleitenden 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 Kursleitenden, da diese Ebene unserer Meinung nach ebenfalls wichtig für ein gelungenes und wohltuendes Seminar ist.

Bitte beachten Sie die jeweilige Kursausschreibung auf der Webseite.



Materialien wie Yogamatten, Decken und Meditationskissen werden Ihnen zur Verfügung gestellt. Der Yoga-Raum liegt im Haupthaus und bietet den perfekten Rahmen für wohltuende Übungseinheiten.

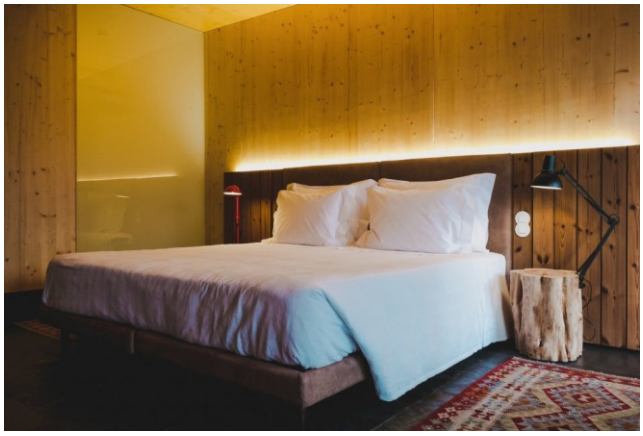
Sollten Sie sich nach etwas mehr Entspannung sehnen, nutzen Sie den großzügigen Wellness-Bereich des Hotels! Es gibt einen beheizten Indoor-Pool sowie eine Sauna, ein Dampfbad, einen großen Fitnessraum und einen Outdoor-Pool. Zusätzlich ist ein großes Angebot an Beauty-Anwendungen und Massagen buchbar.

Bitte beachte Sie, dass man in Portugal nicht ganz nackt in die Sauna geht, man bedeckt sich immer mit einem Handtuch. Außerdem gilt in Innenpools eine Badekappen-Pflicht.



Wohnen

Die Zimmer im FeelViana sind in unterschiedliche Kategorien eingeteilt. Alle Zimmertypen sind modern und komfortabel eingerichtet. Bei der Gestaltung der Zimmer wurde viel mit Holz und natürlichen Baumaterialien gearbeitet, um den Charakter der Umgebung aufzugreifen. So entsteht eine warme Atmosphäre, in der Sie sich direkt wohlfühlen können. Durch kleine Teppiche mit traditionellen Mustern wird die Verbindung zur Region verdeutlicht und das herzliche Ambiente unterstrichen. Ebenfalls dazu trägt das individuell entwickelte Duftkonzept im ganzen Haus zur Wohlfühlatmosphäre bei.



Alle Zimmer verfügen über eine Dusche oder ein Bad mit WC, Klimaanlage, TV, Minibar, Safe, Telefon, Wasserkocher und Tee, Pflegeprodukte, Föhn, Bademantel, WLAN und Balkon oder Terrasse. Die Standardzimmer sind etwa 26 m^2 groß und verfügen über ein Queen-Size

Bett oder zwei Einzelbetten. Die Junior Suiten (etwa 35 m^2) und die Suiten (etwa 53 m^2) verfügen jeweils über Queen-Size Betten. Die Badezimmer sind durch eine Milchglaswand und eine Milchglastür vom Schlafraum getrennt, sodass es nicht unbedingt empfehlenswert ist, dass sich zwei Personen ein Zimmer teilen, die sich nicht näher kennen. Es gibt Zimmer mit Blickrichtung Garten und Zimmer mit Blickrichtung Meer. Der Meerblick ist durch die umliegenden Pinien und Dünen eingeschränkt, aber das Rauschen der Wellen wirkt sehr beruhigend.



Das Hotel ist auch für Familien gut geeignet, es werden unterschiedliche Sportaktivitäten und eine Betreuung für Kinder angeboten. Sollten Sie mit dem Auto anreisen, können Sie kostenfrei auf dem Parkplatz des Hauses parken.



Genießen

Während Ihrer Reise erhalten Sie eine Halbpension. Morgens nach dem Yoga können Sie sich am reichhaltigen Frühstücksbuffet bedienen. Kaffee und Tee steht Ihnen hier zu Verfügung.

Abends wird Ihnen ein Menü gezaubert. Hier werden traditionelle portugiesische Gerichte mit modernen Elementen kombiniert, um so für einzigartige Geschmackserlebnisse zu sorgen. Gerne besteht auch die Möglichkeit vegetarisch zu essen. Nach dem Essen können Sie den Abend auf der gemütlichen Lounge-Terrasse mit Blick auf das Meer und den Strand ausklingen lassen.

Tipp: Probieren Sie doch einmal ein Glas vom Vinho Verde, dem sogenannten grünen Wein, der aus dem nahe gelegenen Anbaugebiet Douro stammt und eine Spezialität der Region ist.



Umgebung

Neben dem großen Sportangebot des Hotels gibt es in der Umgebung einiges zu erkunden. Ein Ausflug in das Städtchen Viana do Castelo ist auf jeden Fall lohnenswert! Die Stadt gilt als eine der schönsten Nordportugals und ist von einer langen Tradition des Schiffbaus und Schiffsreparaturen geprägt. Die pulsierende Kleinstadt verzaubert mit ihren engen Gassen und charmanten Boutiquen. Vor allem die Kathedrale Santuário de Santa Luzia, die majestätisch über der Stadt thront, ist ein sehenswertes Highlight. Sie können entweder einen kleinen Spaziergang von etwa 30 Minuten nach Viana do Castelo machen, oder Sie nutzen die Fähre, die Sie ab Mai über den Fluss Rio Lima auf die andere Seite bringt.



In der Nähe des Hotels befindet sich das älteste Weinanbaugebiet Europas, der Douro. Um dieses wunderschöne Gebiet zu erkunden, organisiert das Hotel gerne einen Tagesausflug für Sie. Außerdem verfügt das Hotel über ein eigenes Motorboot. Sollten Sie Interesse an einem Ausflug haben, sprechen Sie gerne die Mitarbeiter der Rezeption an.



Tipp: Leihen Sie sich ein Mountainbike oder ein E-Bike im Hotel aus und fahren Sie kilometerweit die Küste entlang auf dem neu errichteten Fahrradweg. Oder Sie erkunden das hügelige Hinterland, wo Sie noch echte Wildpferde entdecken können.

Sehr empfehlenswert ist ein Ausflug in die nahe gelegene Stadt Porto, wenn Sie in das pulsierende Leben der Portugiesen eintauchen möchten. Die spanische Grenze ist ebenfalls nur 20 Kilometer entfernt und somit ein schöner Tagesausflug. Sie werden wahrscheinlich einigen Pilgern begegnen, die auf dem Jakobsweg unterwegs nach Spanien sind.

Zusätzliches Entgelt

Örtliche Tourismustaxe von 1 - 1,50 Euro je nach Saisonzeit pro Person / pro Tag (vor Ort zu zahlen)

Wahlleistungen

Aufpreise der unterschiedlichen Zimmerkategorien finden Sie auf unserer Webseite unter:
www.neuewege.comHPTH0700

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

Termine, Preise und enthaltene Leistungen

Die detaillierten Kurstermine, Preise und enthaltene Leistungen finden Sie auf unserer Website unter:
www.neuewege.com/HPTH0700

Praktische Hinweise

Anreise / Transfers

Das Hotel liegt etwa 45 Minuten vom Flughafen Porto entfernt. Gerne vermitteln wir Ihnen einen passenden Flug ab Ihrem gewünschten Abflughafen. Von dort wird zweimal täglich zu festgelegten Zeiten ein Transfer im PKW oder Kleinbus zum Hotel angeboten. Bitte fragen Sie uns nach den konkreten Zeiten.

Tipp: Wir empfehlen die Buchung eines Mietwagens ab / bis Flughafen, um die wunderschönen Ausflugsziele in der Umgebung des Hotels individuell zu erkunden. Gerne erstellen wir Ihnen ein passendes Angebot. Sie können Ihr Auto am Hotel kostenfrei parken.



Sonstiges

Verlängerungen und individuelle Aufenthalte sind auf Anfrage auch direkt über NEUE WEGE buchbar.

Einreisebestimmungen / Sicherheit

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

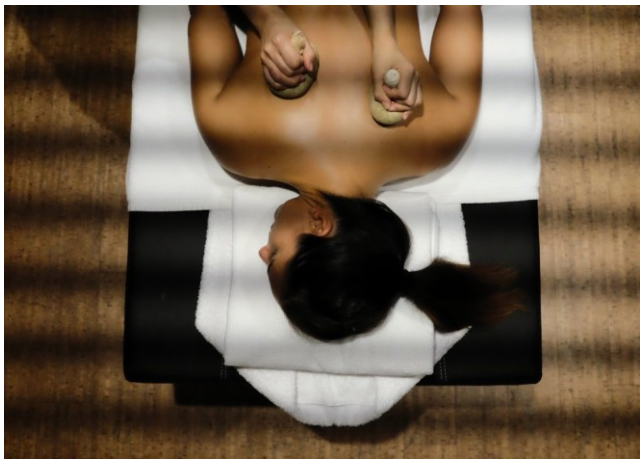
Detaillierte Einreisebestimmungen finden Sie auf der Seite des Auswärtigen Amts:
https://www.auswaertiges-amt.de/de/service/laender/

Bitte lesen Sie diese Bestimmungen gründlich durch.

Sicherheitshinweise

Portugal ist im Allgemeinen ein sicheres Reiseland. Da die Gefahr von Taschendiebstahl in Touristenzentren recht hoch ist, empfiehlt es sich, Geld am besten immer am Körper zu tragen. Ihr 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 Portugal und Madeira keine besonderen Pflichtimpfungen vorgesehen. Achten Sie auf die Empfehlungen des Robert-Koch-Instituts bezüglich der empfohlenen Standardimpfungen.

Es besteht in Portugal 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 abschließen.
Die gewünschten Versicherungen können Sie entweder direkt bei der Buchung, oder auch nachträglich bei NEUE WEGE abschließen. So können Sie sich ganz beruhigt auf Ihren Urlaub freuen. Bitte beachten Sie im Einzelnen die Versicherungsbedingungen.



Umwelt

Nachhaltigkeitsaspekte im Haus:
Das FeelViana ist mit dem EU Ecolabel ausgezeichnet, dem offiziellen Umweltzeichen der Europäischen Union. Das Haus liegt zwischen Pinienwald und Dünen und wurde überwiegend aus Holz gebaut; bei den Baumaterialien gab das Hotel lokalen Lieferanten den Vorzug. Solarthermie liefert Wärme, Solarmodule erzeugen Strom. Wassersparende Armaturen und gesammeltes Regenwasser für den Garten helfen, Wasser zu sparen.

In der Küche kommen Lebensmittel von Lieferanten aus der Region auf den Tisch. Abfälle werden getrennt und Bioabfälle kompostiert. Statt auf Einwegverpackungen setzt das Hotel auf nachfüllbare Spender und Trinkflaschen.

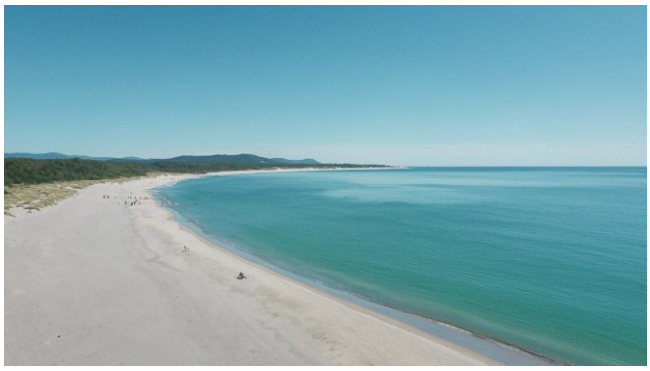
Hotel und Sportzentrum beteiligen sich an der Initiative „Take 3 for the Sea": Vor jeder Surfstunde sammeln die Teilnehmenden gemeinsam Plastikmüll am Strand.

Was kann ich als Reisegast zur Nachhaltigkeit vor Ort beitragen:
Ein achtsamer Umgang mit den Gegebenheiten der Region gehört für uns ebenso dazu wie das Reiseerlebnis selbst. Oft sind es dabei die kleinen Gesten, die vor Ort den größten Unterschied machen.

Wasser und Strom bewusst nutzen
In einigen Reiseregionen ist Wasser in den Sommermonaten ein kostbares Gut. Ein achtsamer Umgang mit Wasser und Strom trägt dazu bei, die Versorgung vor Ort zu entlasten – ganz ohne Einbußen beim Komfort.

Mit leichtem Gepäck an Verpackung reisen
Je weniger Verpackung unterwegs anfällt, desto besser für die Gastregion. Kleinigkeiten, die viel bewirken, sind beispielsweise:
• Eine wiederverwendbare Trinkflasche statt Plastikflaschen ist ein verlässlicher Begleiter für den ganzen Tag.
• Ein Stoffbeutel im Gepäck genügt, und der Einkauf gelingt ganz ohne Plastiktüte.
• Die Systeme zur Mülltrennung sind von Land zu Land unterschiedlich organisiert. Ein kurzer Blick auf die Hinweise im Haus zeigt, wie es vor Ort funktioniert.
• Batterien und Elektrokleinteile gehören auch unterwegs in die dafür vorgesehenen Sammelstellen – alternativ reisen sie einfach wieder mit nach Hause.

Kleine Entscheidungen mit spürbarer Wirkung – im Sinne der Gastgeberinnen und Gastgeber und der Regionen, die unsere Reisen erst möglich machen.



Bewusst reisen mit NEUE WEGE

NEUE WEGE ist seit 2009 von TourCert CSR-zertifiziert
Corporate Social Responsibility (CSR) beschreibt die unternehmerische Verantwortung für eine nachhaltige Entwicklung. Sie reicht vom wirtschaftlichen Handeln eines Unternehmens über umweltbezogene Aspekte bis hin zu sozialen Beziehungen und Strukturen. Das CSR-Siegel wird von TourCert vergeben.

Über die Vergabe entscheidet ein unabhängig besetzter Zertifizierungsrat. Geprüft wird dabei das Unternehmen: wie NEUE WEGE wirtschaftet, wie wir mit Mitarbeitenden und Partnern umgehen und wie wir Umweltauswirkungen erfassen und reduzieren.

Was das konkret bedeutet: Wo immer es geht, vermeiden wir Flüge und bieten stattdessen Bahnanreise und Rail&Fly an. Für alle Flugreisen leisten wir einen Klimaschutzbeitrag über atmosfair. Weitere Informationen dazu finden Sie unter: www.neuewege.com/atmosfair



Für unsere Reisen haben wir zusätzlich sieben Nachhaltigkeitskriterien entwickelt – sie decken ganz unterschiedliche Aspekte ab, so wie die Vorlieben unserer Gäste:
Architektur | Kultur, Begegnung, Erleben | Soziales Engagement | Verpflegung | Umwelt | Klimaschutzbeitrag | Gesundheit, Spiritualität, Achtsamkeit

Entstanden sind sie in unserem Haus unter Federführung unserer CSR-Beauftragten. Entlang dieser sieben Kriterien schauen wir uns unsere Unterkünfte und Reiseangebote an – sie sind die Grundlage, auf der wir auswählen und weiterentwickeln. Was hinter jedem einzelnen Kriterium steckt, lesen Sie hier: www.neuewege.com/nachhaltigkeitskriterien

Seit der Erstzertifizierung 2009 dokumentieren wir unsere CSR-Arbeit in regelmäßigen Nachhaltigkeitsberichten, die Sie hier nachlesen können: www.neuewege.com/nachhaltigkeit

Zeitverschiebung und Klima

In Portugal gilt die „WET", die sogenannte West European Time. Im Vergleich zu Detuschland liegt Portugal also eine Stunde zurück.

Das Klima in Portugal ist in den einzelnen Regionen sehr unterschiedlich und wird durch das Landschaftsprofil, den Breitengrad und die Nähe zum Meer beeinflusst. Gerade der Norden und der Süden unterscheiden sich stark voneinander. Während das Klima im Süden an der Algarve mediterran ist, hat der Norden des Landes ein eher kontinentales Klima. Das heißt die Sommer sind heiß und die Winter kalt. Von Mai bis Oktober ist die ideale Reisezeit, um den schönen Norden Portugals zu erkunden. Durch die kalten und feuchten Winter ist der Norden die grünste Region des Landes. Tagesaktuelle Wetterinformationen finden Sie im Internet.



Ihre Reisenotizen

Ihre persönliche Beratung



Carmen Pfletschinger
Europa
c.pfletschinger@neuewege.com
+49 2226 1588-113

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

@neuewegereisen

www.neuewege.com