

DEUTSCHLAND

Upstalsboom Hotel meerSinn:
Bewusste Entschleunigung und Gesundheit



D E T A I L P R O G R A M M

REISEDETAILS	3
Reiseverlauf	3
Allgemeine Beschreibung	3
Kur/Hausprogramm	3
Unterkunft	4
Verpflegung	4
Umgebung	4
PRAKTISCHE HINWEISE.....	5
Atmosfair / Anreise / Transfers.....	5
Mitnahmeempfehlungen	5
Versicherung	5
Nebenkosten / Trinkgelder	5
Umwelt	6
Sonstiges	6
LAND UND LEUTE	6
Essen und Trinken	6
ANHANG.....	7
Reiseliteratur.....	7
Kontaktdaten und Anmeldung	8

REISEDETAILS

REISEVERLAUF

- Wohlfühlhotel auf Rügen in Meeresnähe
- Stilvolles Spa und Gesundheitszentrum
- Yoga am endlosen Strand zum Entspannen



ALLGEMEINE BESCHREIBUNG

Sommer, Sonne, Strand und Meer - Was kann es im Badeurlaub Schöneres geben? Lassen Sie sich die leichte Meeresbrise um die Nase wehen, baden Sie in den Wellen der Ostsee, oder genießen Sie den Tag im gemütlichen Strandkorb.



Nur ca. 200m vom Strand entfernt, in zweiter Reihe erwartet Sie das 4-Sterne-Hotel meerSinn. Natürliche Materialien in moderner Optik verleihen dem Haus einen eleganten Stil. In Kombination mit traditioneller Bäderarchitektur besticht das Wohlfühlhotel als Designhotel für bewusste Wellness - Liebhaber!

Auf der Empore über der Eingangshalle befindet sich die WohnBar mit lauschiger Bibliothek. Eine breite Glastür führt hinaus auf eine Terrasse auf der drehbare, mit weißen Sonnensegeln versehene Strandkörbe, nach einem langen Spaziergang an der Ostsee zum Verweilen einladen.

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 jeweils 3,5 - 4 Stunden statt. Üblicherweise wird die Übungszeit auf zwei Einheiten aufgeteilt. Yogamatten, Meditationskissen und Decken werden Ihnen vor Ort zur Verfügung gestellt.



Der Wellnessbereich meerSinn Spa mit Schwimmbad und Saunalandschaft auf über 400 Quadratmetern bietet Entspannung pur. Beauty Behandlungen mit hochwertiger Naturkosmetik ergänzen das Wellness-Angebot im Wellnessbereich meerSinn Spa.

Von Peelings und Packungen über Massagen bis hin zu Treatments für Gesicht, Hände und Füße bedeutet pure Erholung und Regeneration. Das innovative Gesundheitszentrum ist einzigartig in Deutschland. Hier finden Sie Medical Wellness in Urlaubsatmosphäre. Dabei wird die Fähigkeit des Körpers zur Selbstregeneration in den Fokus des Denkens und Handelns gestellt.



UNTERKUNFT

Klare Linien, warme Farben und wertvolle Materialien prägen das Design der Zimmer und Suiten in dem Wohlfühlhotel. Es gibt insgesamt 3 Einzelzimmer, 42 Doppelzimmer und 14 Suiten. Alle Zimmer sind großzügig, hell und mit modernstem Equipment ausgestattet und verfügen über Flatscreen-TV, CD- und DVD-Player, Telefon, Internetzugang, Zimmersafe, Balkon bzw. französischem Balkon, Badezimmer mit Dusche und / oder Wanne, Haartrockner sowie Kosmetikspiegel. Gemütliche Lesesessel laden zusätzlich zum Relaxen ein. Zum Wohlfühlen gibt es bei der Anreise Bademantel und -slipper.



Zudem sind die Zimmer auf Knopfdruck frei von Elektromog. - Die Standard-Doppelzimmer (auch zur Einzelnutzung) sind ausgerichtet in Richtung

Süden zur Schillerstraße. Die Komfort - Doppelzimmer (auch zur Einzelnutzung) sind ausgerichtet zur ruhigeren Nordseite mit Blick auf das Kurhaus Binz.

VERPFLEGUNG

Während Ihres Seminars wird Ihnen eine Halbpension gereicht. Morgens bietet das Haus ein reichhaltiges Vitalfrühstück, mit dem Sie besonders gut in den Tag starten können. Abends wird Ihnen ein 2-Gang Menü serviert, das durch seine Kreativität besticht. Ganz bewusst wird hier auf ein leichtes, gesundes Abendessen geachtet, um nicht unnötig zu beschweren und für einen wohltuenden Schlaf zu sorgen. Regionale und frische Zutaten werden zu feinsten Speisen verarbeitet.

UMGEBUNG

Neben dem reinen Strandvergnügen bieten Binz auf Rügen und seine Umgebung zahlreiche Ausflugsmöglichkeiten und Sehenswürdigkeiten für einen spannenden Urlaub auf Deutschlands größter Insel. Dazu zählen das Biosphärenreservat Süd-Ost Rügen mit der Halbinsel Mönchgut, die Rügensche Bäderbahn "Rasender Roland", die Feuersteinfelder der Schmalen Heide, das Jagdschloß Granitz, der Park der Sinne am Schmachter See, Prora - der Koloss von Rügen und natürlich die Kreideküste sowie die Insel Hiddensee. Rügen vom Wasser aus erkunden Von der Binzer Seebrücke aus sind Schiffsfahrten entlang der Kreideküste möglich, die einen einzigartigen Blick auf Rügens Wahrzeichen ermöglichen. Je nach Jahreszeit variieren die Abfahrtszeiten und die Häufigkeit der Schiffsfahrten.



PRAKTISCHE HINWEISE

ATMOSFAIR / ANREISE / TRANSFERS

Anreise

Das Hotel befindet sich in idealer Lage im historischen Ortskern von Binz auf Rügen, nur 200 m vom Ostseestrand entfernt und 1,5 km vom IC-Bahnhof Binz. Umweltfreundlich und ohne Stau reisen Sie mit der Bahn. Aus ganz Deutschland bestehen gute IC- und IR-Verbindungen bis zum Bahnhof Binz. Des Weiteren gibt es Nachtzug-Verbindungen sowie Autoreisezüge bis zum Fährhafen Sassnitz (ca. 10 km entfernt). Im Sommer verkehrt zusätzlich der InterConnex zwischen Zittau und Binz über Görlitz, Cottbus und Berlin.



Für die Anreise empfehlen wir Ihnen das kostengünstige RIT - Bahnticket, das wir gerne für Sie bestellen. Sie erreichen das Hotel fußläufig in 10-15 Minuten. Alternativ können Sie sich ein Taxi zum Selbstkostenpreis nehmen.

Eine Anreise mit dem Auto ist ebenfalls möglich. Das Hotel verfügt über einige Parkplätze vor dem Haus sowie ein Parkhaus. Die Kosten belaufen sich auf 12 Euro pro Nacht.

MITNAHMEEMPFEHLUNGEN

Wir empfehlen Ihnen leichte und bequeme Kleidung für die Übungseinheiten mitzubringen. Bitte denken Sie an einen angemessenen Sonnen- und ggf. Mückenschutz. Außerdem empfiehlt sich wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk, für eventuelle Ausflüge. Für die kühlere Jahreszeit ist warme Kleidung empfehlenswert. Seife, Duschgel und Shampoo sollte möglichst biologisch abbaubar sein.



VERSICHERUNG

Wir empfehlen Ihnen dringend eine Reise-Rücktrittskosten-Versicherung. 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 direkt zusammen mit Ihrer Reise bei Neue Wege buchen und sich ganz beruhigt auf den Urlaub freuen. Bitte beachten Sie im Einzelnen die Versicherungsbedingungen.



NEBENKOSTEN / TRINKGELDER

Sie können im Hotel mit allen gängigen Kreditkarten wie Visa, MasterCard, American Express und mit EC-Karte sowie mit Bargeld bezahlen.

UMWELT

Als nachhaltiger Reiseveranstalter legen wir großen Wert auf Umweltschutz und eine angemessene Nutzung der örtlichen Ressourcen. Auch der Einzelne trägt hier Verantwortung und kann dazu beitragen seine Reise nachhaltig zu gestalten! Wasser und Elektrizität sind in vielen Ländern ein knappes Gut. Durch einen sparsamen Umgang mit diesen Ressourcen unterstützen Sie eine nachhaltige Entwicklung. Achten Sie darauf, so wenig Müll wie möglich zu produzieren. Hierbei können schon ein paar kleine Schritte sehr hilfreich sein! Die Nutzung von Plastikflaschen kann durch die Mitnahme wiederverwendbarer Trinkflaschen vermieden werden. Diese können mit aufbereitetem Wasser aufgefüllt werden. Beim Einkauf können Sie durch die Mitnahme eines Stoffbeutels den Gebrauch von Plastiktüten umgehen. So können Sie helfen, das Plastikaufkommen zu reduzieren.



SONSTIGES

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 CSR-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. Für den Erhalt des CSR-Siegels in 2009 hat NEUE WEGE einen Nachhaltigkeitsbericht zur Dokumentation aller CSR-Aktivitäten verfasst. Mit den Re-Zertifizierungen im März 2011 und 2014 unterstreichen wir den kontinuierlichen Verbesserungsprozess in Bezug auf unsere Nachhaltigkeitsziele. Sehen Sie selbst und lesen Sie mehr im NEUE WEGE Nachhaltigkeitsbericht unter: www.neuweege.com/csr



LAND UND LEUTE

ESSEN UND TRINKEN

Durch die Nähe zum Meer entstanden typisch lokale Speisen. Beispiele hierfür sind Aalsuppe, Finkenwerder Scholle oder Matjes nach Hausfrauenart - Salzhering in Sahne-Apfel-Sauce mit Zwiebeln und Gewürzgurken. Ebenso ist die Küche geprägt von Eintöpfen und Kohlgerichten und auch die allbekannte rote Grütze stammt ursprünglich aus Schleswig-Holstein.

REISELITERATUR

Es gibt eine Vielzahl an literarischen Werken, die sich mit Deutschland beschäftigen. Wir möchten Ihnen an dieser Stelle eine Auswahl an Reiseführern empfehlen.

Bernd Wurlitzer und Kerstin Sucher:

MARCO POLO Reiseführer Rügen.

MairDuMont (2016).

ISBN: 3829728816

Höh, Peter:

Reise Know-How Rügen.

Reise Know-How (2016).

ISBN: 3831727511



KONTAKTDATEN UND ANMELDUNG



Anke Wiesel

Teamleiterin Europa
a.wiesel@neuewege.com
02226-1588-101



Carina Sesterheim

Europa
c.sesterheim@neuewege.com
02226-1588-102

NEUE WEGE Seminare & Reisen

Am Getreidespeicher 11, 53359 Rheinbach
Tel: +49 (0)2226-1588-00, Fax: +49 (0)2226-1588-070
info@neuewege.com, www.neuewege.com

NEUE WEGE ist seit 2009 mit dem CSR (Corporate Social Responsibility) Nachhaltigkeitssiegel zertifiziert!