

ITALIEN

Roccamare Resort:
Italienisches Ambiente in traumhafter Natur am Meer



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	5
PRAKTISCHE HINWEISE.....	6
Atmosfair / Anreise / Transfers.....	6
sonstiges / Unterkunft / Verpflegung.....	6
Einreisebestimmungen / Sicherheit	6
Gesundheit und Impfungen	6
Mitnahmeempfehlungen	7
Währung / Post / Telekommunikation	7
Versicherung	7
Umwelt	8
Sonstiges	8
LAND UND LEUTE	9
Zeitverschiebung und Klima	9
Sprache und Verständigung	9
Religion und Kultur.....	9
Essen und Trinken	9
Einkaufen und Souvenirs	10
ANHANG.....	10
Reiseliteratur.....	10
Ihre Reisenotizen	11
Kontaktdaten und Anmeldung	12

REISEDETAILS

REISEVERLAUF

- Durchatmen im unberührten Pinienwald
- Sonnen am schönsten Strand der Toskana
- Dolce Vita an kristallklarem Wasser



ALLGEMEINE BESCHREIBUNG

In unmittelbarer Nähe des kleinen Fischerdörfchens Castiglione della Pescaia, zwischen dem kristallklaren Meer und den leichten Anhöhen der Landschaft von Pian di Rocca, befindet sich das Roccamare Resort. Die umliegenden Pinienwälder umgeben die Hotelanlage und umhüllen sie mit einem wohltuenden Duft. Der saubere Küstenstreifen der sich vor dem Haus befindet ist seit mehreren Jahren mit der Blauen Flagge ausgezeichnet.



Das Roccamare Resort setzt sich aus drei Wohnmöglichkeiten zusammen. Das Hotel Roccamare ist ein komfortables 4-Sterne-Haus mit 51 Zimmern, die Ihnen Entspannung und Ruhe gewähren. Umgeben von Kiefern können Sie sich hier der Natur ganz nah

fühlen und den Komfort eines Hotels genießen. Die sogenannten Residenzen bieten Ihnen ruhige und private Apartments, die sich in den grünen Pinienwald schmiegen und Ihnen einen individuellen Rückzugsort bieten. Schließlich gibt es noch das 4-Sterne-Parkhotel Zibellino, welches sich in nächster Nähe zu den anderen Wohneinheiten befindet.



In der Anlage stehen Ihnen zwei Pools zur Verfügung. Außerdem ist der Privatstrand nur wenige Gehminuten entfernt. Auf dem Gelände gibt es ebenfalls einen kleinen Minimarkt, in dem Kleinigkeiten gekauft werden können

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 wohlthuendes Seminar ist. Unsere KursleiterInnen geben ihr Wissen und ihre Erfahrungen daher auf einfühlsame Weise weiter und passen sich dem Kenntnisstand der Teilnehmer an.



Das Programm findet an 6 Kurstagen jeweils 4 Stunden statt und wird in zwei Einheiten aufgeteilt. Yogamatten, Decken und Meditationskissen werden Ihnen vor Ort zur Verfügung gestellt.

UNTERKUNFT

Die Kurse finden entweder im Parkhotel Zibellino oder in der Residenz Roccamare statt, je nach Ausschreibung. Beide Häuser bieten komfortable und gemütlich eingerichtete Zimmer. Die Studios in der Residenz Roccamare verfügen über eine voll ausgestattete Küchenzeile, Klimaanlage, Telefon, TV, Safe, Veranda oder Balkon. Im Parkhotel Zibellino sind die Doppel- oder Einzelzimmer ausgestattet mit Dusche/Badewanne und WC, Klimaanlage, Flat-TV, Safe, Haartrockner, Telefon und Minibar. Auf der gesamten Anlage steht Ihnen kostenfreies W-LAN zur Verfügung.



VERPFLEGUNG

Ob Ihr Kurs im Parkhotel Zibellino stattfindet, oder in der Residenz Roccamare, in jedem Fall wird Ihnen eine köstliche Halbpension geboten. Morgens starten Sie mit einem Frühstücksbuffet in den Tag. Auf Wunsch können Sie mittags Kleinigkeiten an der hauseigenen Strandbar bestellen. Abends wird Ihnen vom Küchenteam ein frisches Essen zubereitet, das Ihnen die regionalen Spezialitäten der Toskana näher bringen wird.



UMGEBUNG

Das Roccamare Resort befindet sich im Ortsteil „Le Rocchette“ zwischen dem Feriendorf Punta Ala und der Bergkette des Monte Argentario. Der Privatstrand ist nur wenige Gehminuten entfernt, dort können Sie den Blick auf die Wellen von den bereitstehenden Sonnenliegen genießen, oder einen ausgedehnten Spaziergang machen.



Der kleine Ort Punta Ala liegt an einer Landzunge und ist vor allem für seinen Hafen bekannt. Spazieren Sie durch die Gassen des kleinen Ortes und lassen Sie sich vom Flair treiben. Das kleine Fischerdorf Castiglione della Pescaia liegt nur 10 Kilometer entfernt. Im Ort befindet sich eine mittelalterliche Burg, die als Wahrzeichen des Ortes gilt und ihm eine ganz besondere Atmosphäre verleiht.



Grosseto ist die größte Stadt der Maremma und befindet sich in nur 12 Kilometer Entfernung zum Roccamare Resort. Die Wurzeln der Stadt gehen bis ins Mittelalter zurück. Flanieren Sie durch den alten Stadtkern, der umgeben ist von alten Stadtmauern. Es gibt eine Kirche im Franziskanisch-gotischen Stil, die es sich anzuschauen lohnt.

Der „Parco Naturale della Maremma“ ist ein Naturschutzgebiet mit bedeutendem historischem Erbe. Etwa 9800 Hektar wilde Landschaft aus Pinienwäldern, Dünen, Felsküste bieten Ihnen spektakuläre Wege mit wunderschönen Ausblicken. Der Park hat ab 09:00 Uhr morgens geöffnet und ist etwa 15 Kilometer von Grosseto entfernt. Auf einer etwa 3-stündigen Wanderung können Sie die typische Vegetation der Gegend genießen und wilde Tiere wie Wildschweine, Rehe, Wildpferde und Dammhirsche beobachten.

Nicht weit entfernt und mit dem Auto gut zu erreichen liegen die geschichtsträchtigen Kunststädte des Landes Florenz, Siena und Pisa. Vorbei an panorama-reichen Landstraßen erreichen Sie diese Orte in etwa 2 Stunden.



PRAKTISCHE HINWEISE

ATMOSFAIR / ANREISE / TRANSFERS

Atmosfair

Mit gutem Gewissen reisen! Die entstandene CO²-Emission Ihres Fluges nach Rom 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 nach Rom Fiumicino. Gerne vermitteln wir Ihnen einen passenden Flug ab Ihrem gewünschten Abflughafen. Von dort wird 2x täglich zu festgelegten Zeiten ein Transfer zum Hotel angeboten. Über eine landschaftlich abwechslungsreiche Strecke führt Sie ein Weg von 180 km zum Hotel. Als alternative Flughäfen kommen auch Pisa oder Florenz für Sie in Frage, die in ähnlicher Entfernung zum Hotel liegen. Hier können wir Ihnen gerne auf Wunsch einen Transfer bestellen (gegen Gebühr).

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. Kombinieren Sie Ihre Reise mit einem Aufenthalt in Pisa, Florenz, Rom oder auf der Insel Elba!



SONSTIGES / UNTERKUNFT / VERPFLEGUNG

Sonstige Informationen des Hauses

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

EINREISEBESTIMMUNGEN / SICHERHEIT

Einreisebestimmungen

Deutsche Staatsbürger können mit einem gültigen Personalausweis oder einem gültigen Reisepass nach Italien einreisen.

Seit dem 26.06.2012 sind Kindereinträge in dem Reisepass eines Elternteils nicht mehr gültig. Jedes Kind benötigt ein eigenes Ausweisdokument. Hierzu zählt ein eigener (Kinder-) Reisepass, ein Kinderausweis nach altem Muster, Personalausweis oder Europapass.

Sicherheitshinweise

Italien gilt im Allgemeinen als sicheres Reiseland. Da die Gefahr von Taschendiebstahl in Touristenzentren recht hoch ist, empfiehlt es sich hier das 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: www.auswaertiges-amt.de/DE/Laenderinformationen/00-SiHi/ItalienSicherheit.html

GESUNDHEIT UND IMPFUNGEN

Der Gesundheitsdienst des Auswärtigen Amtes empfiehlt generell immer den Schutz gegen Tetanus, Diphtherie, Polio, Influenza, Pertussis und Hepatitis A. Bei Langzeitaufenthalten über vier Wochen oder besonderen Risiken auch Hepatitis B, Tollwut und Typhus. Aktuelle Informationen finden Sie unter:

<https://www.auswaertiges-amt.de/DE/Laenderinformationen/00-SiHi/ItalienSicherheit.html?nn=360136#doc360090bodyText7>

Ihre Krankenkasse hilft auch im Ausland mit dem Auslandskrankenschein und der Europäischen Krankenversicherungskarte (EHIC). Dieser Krankenversicherungsschutz ist oft allerdings nicht ausreichend.

Es wird daher angeraten, eine Private Reisekrankenversicherung und eine zuverlässige Reiserückholversicherung abzuschließen.

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 Darmverstörungen. 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 gemütliche Kleidung für das Kursprogramm. Wer Bedarf hat auch ein eigenes Tuch für die Yogamatte. Festes Schuhwerk, bzw. Wanderschuhe ist ratsam, wenn Sie wandern möchten. Für den Strand bietet sich an Badekleidung, Sonnencreme, ein Strandtuch und ggf. auch Badeschuhe für den Strand mitzunehmen. Aufgrund der Sonneneinstrahlung ist eine Sonnenbrille ratsam. Denken Sie auch an Regenschutz. Im Mai und auch im September und Oktober kann es abends kühl werden. Deshalb empfiehlt es sich ebenso einen wärmeren Pullover oder eine dickere Jacke mitzunehmen. Seife, Duschgel & Shampoo sollte möglichst biologisch abbaubar sein.



WÄHRUNG / POST / TELEKOMMUNIKATION

Währung

Die Landeswährung in Italien ist der Euro.

Post

Die meisten Postämter in der Toskana sind nur bis 13:00 Uhr geöffnet. Briefmarken gibt es auch in Tabakgeschäften, die mit einem großen T gekennzeichnet sind. Briefe und Postkarten nach Europa müssen mit 95 Cent frankiert werden.

Telekommunikation

Die Landesvorwahl von Italien ist +39. Vorwahl von Italien nach Deutschland: +49, nach Österreich +43 und in die Schweiz +41.

Internet

Internetcafés sind in allen großen Städten und Touristenzentren zu finden.



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 buchen und sich so ganz beruhigt auf Ihren Urlaub freuen. Bitte beachten Sie im Einzelnen die Versicherungsbedingungen.

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. 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! Die Nutzung von Plastikflaschen kann durch die Mitnahme wiederverwendbarer Trinkflaschen vermieden werden. Diese können mit aufbereitetem Wasser aufgefüllt werden. 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. Der Besuch kultureller Einrichtungen und das Zusammentreffen mit der einheimischen Bevölkerung werden besonders dann zu einem unvergesslichen Erlebnis, wenn Sie die Ratschläge des Reiseleiters und der von uns versendeten „Sympathie Magazine“ befolgen.



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.neuwewege.com/csr



LAND UND LEUTE

ZEITVERSCHIEBUNG UND KLIMA

In Italien gilt wie bei uns die Mitteleuropäische Zeit (MEZ).

Im Allgemeinen herrscht in der Toskana ein mildes gemäßigtes Klima, auch wenn innerhalb der Region Unterschiede bestehen. An der Küste und in den Tälern der Toskana ist es generell milder (heißer im Sommer) als im Hügelland. Der Sommer der Toskana ist durchweg trocken und zum Teil in den Tälern recht heiß. Das Frühjahr (April, Mai) und der Herbst (Oktober, November) können regnerisch sein, bieten aber auch viele milde und sonnige Tage.

SPRACHE UND VERSTÄNDIGUNG

Die Amtssprache ist Italienisch. Es gibt daneben eine Vielzahl von Dialekten, wobei die Dialekte von Florenz und Rom das moderne Italienisch am stärksten beeinflusst haben. In den größeren Touristenzentren ist auch Englisch weit verbreitet.



RELIGION UND KULTUR

Der überwiegende Teil der Italiener bekennt sich zur römisch-katholischen Kirche. Nicht nur der Vatikanstaat im Herzen Roms und eine lange Geschichte des Papststaates auf italienischem Gebiet spiegeln die Bedeutung der Religion wider. Die katholische Kirche hatte in Italien immer eine große politische Macht und erheblichen sozialen Einfluss und noch heute nimmt sie einen wichtigen Platz im Bewusstsein des Volkes ein. Die Religion war Voraussetzung für viele (und nicht nur Kirchen) Bauten, für die Entwicklung

in bildender und darstellender Kunst sowie der Musik, aber auch die Verwaltung war und ist von einem katholischen Grundverständnis geprägt.

Natürlich findet man auch andere Glaubensrichtungen in Italien – unter anderem über 1 Mio. Muslime, rund 120.000 Buddhisten, rund 50.000 Protestanten und rund 40.000 Juden.

In keinem anderen Land der Welt befinden sich so viele bedeutende Kunstwerke und Kunstdenkmäler auf so engem Raum versammelt wie in Italien. Das Land besitzt – was die ältere bildende Kunst und Architektur betrifft – den größten Teil des europäischen Kulturerbes. Auf italienischem Boden haben sich einzigartige Zeugnisse der griechischen, etruskischen, römischen, frühchristlichen und byzantinischen Kunst erhalten. Im Mittelalter bildete sich die italienische Kunst aus; sie gehört seitdem zu den großen europäischen Kulturen. Vor allem im Mittelalter, während der Renaissance und im Barock gingen von Italien die maßgeblichen und stilbildenden Impulse für die europäische Kunst aus. Auch im 20. Jahrhundert formten sich in Italien wieder international einflussreiche Kunstrichtungen: vor allem Futurismus, Pittura metafisica, Arte Povera, Transavanguardia.

ESSEN UND TRINKEN

Zusammen mit der französischen Küche ist die italienische Gastronomie führend in Europa. Italien bietet eine bunte Küche, in der frische Zutaten und der Gebrauch von Olivenöl fester Bestandteil sind. Jede Region überrascht bei näherem Hinsehen immer wieder mit feinen Spezialitäten, die es sich zu probieren lohnt.

Die Italiener essen in der Regel eine Vorspeise (oder Antipasto) und ein Hauptgericht. Das Antipasto kann eine Suppe, ein Risotto, ein Salat oder Teigwaren sein. Das Hauptgericht besteht aus Fisch oder Fleisch, mit Gemüse als Beilage. Bei einem Essen ohne Vorspeise wählen die Italiener normalerweise Pasta oder Pizza. Ohne Zweifel ist der beste Ort, um diese Spezialitäten zu testen, eine der vielen Trattorias.

Die Italiener sind außerdem Liebhaber aller Arten von Käse. Die meistbekanntesten sind der Parmesan, Mozzarella und Pecorino. Der Essig und Aceto von Modena ist der teuerste der Welt, aufgrund der

hohen Qualität und dem langen Reifeprozess. Ebenfalls wichtig für die Italiener ist ihr hochgeschätzter Aufschnitt wie Zampone, Mortadella, Salami und Prosciutto di Parma. Wenn es um die Desserts geht, ist Eiskrem überall auf der Welt berühmt durch seinen unvergleichlichen Geschmack. Die Italiener sind aber auch große Fans von Gebäck, und insbesondere von Tiramisú. Begleitend zum Essen gibt es nichts Besseres als die wohlbekannten Weine wie den Chianti. Und nicht zu vergessen sind der aromatische italienische Kaffee oder der köstliche Grappa.

Jede Region hat natürlich seine eigenen Besonderheiten. Die Toskana ist besonders bekannt für das vorzüglich Olivenöl und den würzigen Schafskäse von den Weideländern im Süden. An der Küste werden viel Fisch und Meeresfrüchte geboten, wie zum Beispiel die Fischsuppe "Cacciucco".



EINKAUFEN UND SOUVENIRS

Einige Artikel, wie z.B. Terrakottatöpfe sind in Italien recht preisgünstig. Noch heute findet man in Italien viele Erzeugnisse des traditionellen Kunsthandwerks, die sich gut als Mitbringsel eignen, z.B. Gegenstände

aus Olivenholz oder auch Alabastergegenstände, farbige Keramik und Goldschmiedearbeiten. Interessant sind als Mitbringsel natürlich auch Produkte der italienischen Küche wie Wein, Käse oder Olivenöl.



ANHANG

REISELITERATUR

Es gibt eine Vielzahl an literarischen Werken, die sich mit Italien beschäftigen. Wir möchten Ihnen an dieser Stelle mehrere Reiseführer für die Toskana empfehlen und verweisen für alle weiteren Informationen auf das Sympathie Magazin „Italien verstehen“, welches Sie bei Ihren Buchungsunterlagen finden.

Büld Campetti, Christiane:
MARCO POLO Reiseführer Toskana.
Mairdumont (2016).
ISBN: 3829729162

Müller, Michael:
Toskana: Reiseführer mit vielen praktischen Tipps.
Michael Müller Verlag (2016).
ISBN: 3956542290



IHRE REISENOTIZEN

[illegible]

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!