

DEUTSCHLAND

Bio-Berghotel Ifenblick: Natur pur im Allgäu genießen



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
Sonstige Infos	5
PRAKTISCHE HINWEISE.....	6
Atmosfair / Anreise / Transfers.....	6
sonstiges.....	6
Gesundheit und Impfungen	6
Mitnahmeempfehlungen	6
Versicherung	6
Nebenkosten / Trinkgelder	7
Umwelt	7
Sonstiges	7
LAND UND LEUTE	8
Zeitverschiebung und Klima	8
Religion und Kultur.....	8
Essen und Trinken	8
Einkaufen und Souvenirs.....	8
ANHANG.....	9
Reiseliteratur.....	9
Ihre Reisenotizen	10
Kontaktdaten und Anmeldung	12

REISEDETAILS

REISEVERLAUF

- Yoga mit traumhaftem Alpenpanorama
- Familiäre Wohlfühl-Atmosphäre
- Regionale Genussküche



ALLGEMEINE BESCHREIBUNG

Das Bio-Berghotel Ifenblick liegt an einem Südhang, mit Blick auf den Ifen und dem Balderschwanger Tal. Die ruhige Lage in der herrlichen Allgäuer Landschaft mit fließenden Bächen, grünen Wiesen und Wäldern ist optimal geeignet, um abseits von Lärm und Hektik vollkommen zu entspannen.



Das Hotel liegt nahe an Österreich und dem Bregenzer Wald (Vorarlberg). Zur Ortsmitte Balderschwang sind es nur ca. 500 m, die bequem zu Fuß zurückgelegt werden können. Es bildet einen idealen Ausgangspunkt für Wander- und Wintersport-Liebhaber, da ein weitläufiges Netz aus hervorragenden Wanderwegen, Loipen und Pisten jeder Schwierigkeitsstufe zu Füßen des Hotels beginnt.

Das Bio-Berghotel Ifenblick bietet Ihnen einen idealen Rahmen, um die innere Balance zu finden und Kraft für die Seele zu tanken. Inmitten der beeindruckenden Naturlandschaft der Alpen hat die Familie Meyer ein Haus mit Seele geschaffen, das Sie mit persönlicher Atmosphäre und liebevollen Details begeistert

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.

Materialien wie Yogamatten, Decken und Meditationsskissen werden Ihnen hier zur Verfügung gestellt.



Um Ihre ureigene Balance zu erlangen, eröffnet Ihnen das Bio-Berghotel ein vielseitiges Wellnessangebot, angefangen von Massagen über Sauna und Infrarotkabine bis hin zur Aromabadewanne. Als attraktive Ergänzung dient das Sport- und Bewegungsprogramm des Hotels, bei dem Sie das erstklassig geschulte Balance-Team begleitet. Neue körperliche Stärke gewinnen Sie, während sie im

hauseigenen Hallenbad Ihre Bahnen ziehen oder den gut ausgestatteten Fitnessraum nutzen.



Bitte beachten Sie, dass das Hausprogramm kein Angebot von Neue Wege ist und vom Bio-Berghotel Ifenblick selbst veranstaltet wird. Dieses Programm können Sie kostenfrei nutzen.

Sollten Sie eine Reise mit inkludierten Wanderungen gebucht haben, möchten wir Sie darauf aufmerksam machen, dass die Wanderungen abhängig von der Wetterlage sind sowie gegebenenfalls angepasst werden können. Ihr Kursleiter sucht die schönsten Routen für Sie heraus. Sollten Sie sich einen Tag Auszeit gönnen wollen, können Sie die Wanderungen auch ausfallen lassen. Folgen Sie einfach Ihrem eigenen Rhythmus.

UNTERKUNFT

Mit liebevollen, regionalen Details hat die Familie Meyer ein Haus geschaffen, das viel Charme besitzt: Moderne Architektur und traditionelle Elemente gehen eine reizvolle Verbindung ein. Die sehr persönliche Betreuung und die familiäre Atmosphäre schaffen ein angenehmes, freundliches Ambiente.

Die gemütlichen Basic-Doppel- oder Einzelzimmer sind alle gepflegt und Sie können sich schnell wie zu Hause fühlen. Alle Zimmer sind mit Duschbad, Föhn und Bademantel ausgestattet. Sie verfügen über eine kleine Sitzecke mit TV und Telefon. Sie können zwischen unterschiedlichen Zimmerkategorien wählen.

Die Nordzimmer sind ruhig und nach hinten Richtung Berg gelegen. Hier können Sie zwischen einem klassischen Einzelzimmer oder einem Doppelzimmer (auch zur Alleinnutzung wählen). Diese Zimmer sind etwas dunkler als die Südzimmer und besonders für

die aktiveren zu empfehlen, die viel Zeit an der frischen Luft verbringen wollen.

Die Doppelzimmer in Südlage sind entweder mit Balkon oder ohne Balkon verfügbar. Diese Zimmer sind nach vorne zur Straße ausgerichtet und bieten einen schönen Blick auf das Bergpanorama. Durch die Südausrichtung sind diese Zimmer schön hell.



Auf Wunsch wird Ihnen Allergiker-Bettwäsche zur Verfügung gestellt. Teilen Sie uns dies bei Ihrer Buchung einfach mit.

VERPFLEGUNG

Die Zubereitung der ausgewogenen Ernährung erleben Sie während des Aufenthalts in der offenen Küche des Panorama-Restaurants. Alle Gerichte werden frisch zubereitet und es wird großes Augenmerk auf regionale Produkte gerichtet.



Das Team rund um den Küchenmeister Bernd Meyer verwöhnt seine Gäste nach dem Motto »Aus der Region für die Region« mit natürlichen und gesunden Gerichten. Morgens erwartet Sie ein reichhaltiges Frühstücks-Buffer und auch abends können Sie sich nach Herzenslust am abwechslungsreichen Buffer bedienen. Es stehen Ihnen neben Fisch- und Fleischgerichten auch vegetarische und vegane Speisen zur

Auswahl. Zur Tagesmitte stehen warme Snacks, Salate und selbstgebackene Kuchen für Sie bereit. Auf besondere Wünsche geht das Küchenteam sehr gerne ein. Im Preis inbegriffen stehen zur freien Auswahl alkoholfreie Getränke wie Mineralwasser, Tee, Kaffee und Saft. Coca Cola, alkoholfreies Bier, usw. sind extra zu bezahlen. Sie sollten es nicht versäumen das erfrischende berühmte Grander-Wasser zu probieren, das Sie sich in Karaffen abfüllen können.

Das Hotel hat sich dem Projekt „**Landzunge**“ angeschlossen. Dies ist ein Zusammenschluss von über 80 Gastwirten, Landwirten und Produzenten, die den Konsumenten die kulinarischen Spezialitäten und Zutaten der Region „Allgäu Oberschwaben“ nahebringen wollen.

Tipp: Probieren Sie unbedingt die selbstgemachten Backwaren, die der Sohn des Hauses zaubert!

UMGEBUNG

Das Bio-Berghotel ist der perfekte Ort, um sich zurück auf das Wesentliche zu besinnen und Kraft aus der Fülle der Natur zu schöpfen. Die umliegenden Berggipfel sind in Deutschlands höchstgelegener Gemeinde auf 1.100 m zum Greifen nah und der beeindruckende Panoramablick vermittelt Ihnen jeden Tag erneut das Gefühl, ein Teil der Natur zu sein.



Balderschwang ist ein wahres Wanderparadies und bietet eine Vielzahl an gut ausgebauten Wanderwegen. Viele Wanderwege sind auch für Mountainbikes freigegeben. Erleben Sie wunderschöne Ausblicke und unberührte Natur.

Für diejenigen, die etwas mehr Action möchten, gibt es in der Umgebung unterschiedliche Kletterparks. Der Kletterpark Söllereck zum Beispiel befindet sich nur 35 Minuten entfernt. Außerdem gibt es in der Umgebung einige Sommerrodelbahnen, die auch im Sommer Rodelspaß bieten.

SONSTIGE INFOS

Bereits seit Ende 2014 ist das Bio-Berghotel Ifenblick Mitglied im Verein der **Bio-Hotels**. Am 09. Februar 2015 wurde das Hotel Bio-zertifiziert.

PRAKTISCHE HINWEISE

ATMOSFAIR / ANREISE / TRANSFERS

Anreise

Sie können bequem mit dem Zug bis nach Fischen fahren. Gerne buchen wir Ihnen eine günstige RIT-Bahnfahrkarte für eine entspannte und umweltschonende An- und Abreise. Das Hotel bietet für 5 Euro pro Person und Strecke einen Transfer ab dem Bahnhof Fischen um 14:30 Uhr und um 17:15 Uhr an und für die Abreise um 9:00 Uhr zum Bahnhof. Sie können auch die öffentlichen Verkehrsmittel nutzen oder ein Taxi zum Hotel nehmen. Die Kosten belaufen sich auf ca. 40 Euro. Bitte bestellen Sie das Taxi beim Taxiunternehmen Grajewski Tel. 08326-36130

Vom Bahnhof Fischen gibt es einen Bus (Nr. 9746), der nach Balderschwang fährt. Von dort sind es dann nur noch 200m zu Fuß zum Hotel.



SONSTIGES

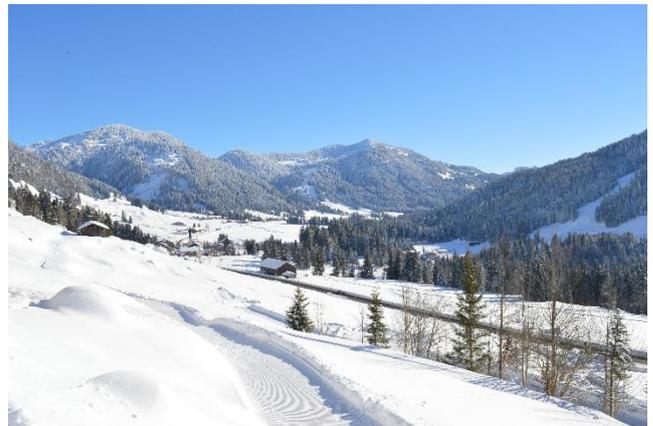
Verlängerungsnächte und individuelle Aufenthalte sind auf Anfrage direkt bei NEUE WEGE buchbar.

GESUNDHEIT UND IMPFUNGEN

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. 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. Die Region rund um das Haus ist flächendeckend mit Ärzten und Apotheken versorgt. Apotheken halten abwechselnd Nacht- und Sonntagsdienst; geschlossene Apotheken tragen Hinweise auf nächstgelegene offene Apotheken.



MITNAHMEEMPFEHLUNGEN

Wir empfehlen Ihnen leichte und bequeme Kleidung für die Übungseinheiten mitzubringen. Bitte denken Sie an einen angemessenen Sonnenschutz. Außerdem empfiehlt sich wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk, für eventuelle Wanderausflüge. Für die kühlere Jahreszeit sind warme Kleidung und ggf. Skikleidung empfehlenswert. Seife, Duschgel und Shampoo wird Ihnen im Hotel zur Verfügung gestellt.

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. 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.



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.neuewege.com/csr

NEBENKOSTEN / TRINGKELDER

Sie können im Hotel in bar, mit EC-Karte oder mit Kreditkarte zahlen (Visa und Mastercard).

Trinkgeld

Es ist schön, wenn das gesamte Team vom Service bis zur Küche, den Reinigungskräften und dem Hausmeister gleichmäßig Anteil am Trinkgeld hat. Daher empfehlen wir das Trinkgeld am Ende Ihres Aufenthaltes an der Rezeption für das gesamte Team abzugeben. Wir empfehlen, je nach Zufriedenheit 25-35 Euro für die Woche einzuplanen.

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



LAND UND LEUTE

ZEITVERSCHIEBUNG UND KLIMA

Malerische Landschaften, Imposante Gipfel, herrliche Wanderwege und Seen sind charakteristisch für das Allgäu. Das Klima ist als durchschnittliches Klima Deutschlands zu betrachten. In den Sommermonaten kann es bis zu 30 °C werden. In den Wintermonaten fallen die Temperaturen manchmal ab bis -25°C, ideal für Wintersport geeignet. Tagesaktuelle Wetterinformationen finden Sie im Internet.



RELIGION UND KULTUR

Das Allgäu ist bekannt für sein regionales Brauchtum, das durch schwäbische und bayerische Einflüsse geprägt wird. Eine besondere Tradition, die bis weit über die Grenzen bekannt ist, ist der Almbtrieb. Hier wird das Vieh von den Bergweiden ins Tal überführt, wo es dann überwintert.



Zahlreiche kulturelle und kunstgeschichtliche Sehenswürdigkeiten erwarten die Besucher im Allgäu. Das bekannte Schloss Neuschwanstein sowie das Schloss Hohenschwangau liegen beide nicht

weit voneinander entfernt und locken jedes Jahr viele Touristen ins Allgäu.

ESSEN UND TRINKEN

Die Küche im Allgäu ist besonders geprägt durch die Zutaten Mehl, Eier, Milch und Käse. Hieraus entstehen zahlreiche Spezialitäten wie beispielsweise Käsespätzle, Maultaschen oder Knöpfle. Weitere Spezialitäten sind Knödel, Leberknödelsuppe oder Flädlesuppe. Generell geht es in der Allgäuer Küche also etwas deftiger zu. Mittlerweile gibt es aber auch viele Gasthöfe und Restaurants, die eine etwas leichtere Küche anvisieren. Als eine Art Nationalnachtspeise gilt "Apfelküchle mit Vanilleeis" und auch sonst sind Torten und Backwaren sehr begehrt.

EINKAUFEN UND SOUVENIRS

Typische Souvenirs zum Mitbringen aus dem Allgäu sind beispielsweise Kuhglocken, Räuchermännchen oder der typische Allgäuer Käse. Besonders Handwerksarbeiten wie Schnitzereien, Töpferwaren oder geblasene Glasprodukte sind ein beliebtes Mitbringsel.

REISELITERATUR

Es gibt eine Vielzahl an literarischen Werken, die sich mit Deutschland beschäftigen. Wir möchten Ihnen an dieser Stelle eine Auswahl an Reiseführern empfehlen, die das Allgäu auf anschauliche Art und Weise mit seinen Besonderheiten und Sehenswürdigkeiten beschreiben.

Raymond-Braun, Ralph:

Allgäu Reiseführer.

Michael Müller Verlag (2017).

ISBN: 3956544226

Reidt, Andrea:

MARCO POLO Reiseführer Allgäu.

Mairdumont (2017).

ISBN: 382972702X





Carina Sesterheim

Europa

c.sesterheim@neuewege.com

02226-1588-102



Miriam Welbers

Europa

m.welbers@neuewege.com

02226-1588-105

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!