

ÖSTERREICH

Naturhotel Lechlife:
Erholung mit atemberaubendem Ausblick



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.....	6
Einreisebestimmungen / Sicherheit	6
Gesundheit und Impfungen	6
Mitnahmeempfehlungen	7
Währung / Post / Telekommunikation	7
Zollbestimmungen.....	7
Versicherung	7
Nebenkosten / Trinkgelder	7
Umwelt	7
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.....	9
ANHANG.....	10
Reiseliteratur.....	10
Ihre Reisenotizen.....	11
Kontaktdaten und Anmeldung	12

REISEDETAILS

REISEVERLAUF

- Yogurlaub in den Bergen
- Abwechslungsreiches Wanderangebot
- Vielfältige vegane und vegetarische Genüsse



ALLGEMEINE BESCHREIBUNG

Mitten in der Naturparkregion Lechtal-Reutte am Fuße des Hahnenkamms, umgeben von saftigen Blumenwiesen mit Panoramablick über die Weite des Naturparks, liegt das Naturhotel LECHLIFE in der idyllischen Gemeinde Wängle.



Karin und Manfred Kühbacher haben sich mit diesem Hotel ihren Traum erfüllt und hier einen Ort geschaffen, an dem man sich wie zuhause fühlen kann. Lassen Sie sich von der Gastfreundschaft und dem persönlichen Ambiente verwöhnen.

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.



Durch die ruhige Lage des Hotels eignet es sich hervorragend für einen entspannenden Yoga Urlaub. Lassen Sie den hektischen Alltag hinter sich und tanken Sie neue Energie. Die Philosophie des Naturhotels spiegelt sich auch in dem ganzheitlichen Gästeprogramm wider. Der kleine Wellnessbereich mit Sauna, Dampfbad, Infrarotkabine und Pool steht Ihnen für entspannende Stunden zur Verfügung. Zum Entspannen stehen Ihnen beim Pool zwei bequeme Schwebeliegen zur Verfügung, das Glasdach vermittelt zusätzlich das Gefühl im Freien zu sein.

Auf Wunsch können Sie sich im Haus von geschulten Händen verwöhnen lassen. Neben den traditionellen Massagen werden hier auch Behandlungen wie Aarum Manus mit Aromaölen von Primavera, Lomi Lomi Massagen oder Klangschalenmassagen angeboten.

Tipp: Der Frauensee liegt etwas versteckt oberhalb von Lechaschau. Er ist das ganze Jahr über frei zugänglich und eignet sich für einen schönen Spaziergang kombiniert mit wohltuenden Yogaeinheiten.

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 insgesamt 41 gemütlichen Zimmern bietet das Hotel eine ruhige, familiäre Atmosphäre. Es gibt Doppelzimmer, Junior Suiten, Komfort Suiten und Garten Suiten. Die Zimmer bieten teilweise einen herrlichen Panoramablick auf die umliegenden Berge, oder den weitläufigen Garten. Jedes Zimmer hat sein eigenes Thema, somit ist jeder Raum ganz individuell gestaltet und liebevoll eingerichtet.



Alle Zimmer verfügen über ein Bad mit Badewanne oder Dusche, WC, Haartrockner, Flat-Screen TV,

Telefon, Safe, einer Küchenzeile mit Kühlschrank und einer zusätzlichen Sitzgelegenheit. Ebenso stehen Ihnen ein Wasserkocher sowie eine Nespresso-Kaffeemaschine zur Verfügung mit je drei Kapseln Kaffee und drei Teebeuteln. Um den Ausblick in die Natur in vollen Zügen genießen zu können hat fast jedes Zimmer einen Balkon oder eine Terrasse.

Für wohltuende Momente im Wellnessbereich des Hauses liegen auf den Zimmern Saunahandtücher und Bademäntel für Sie bereit.

In der Lobby und an der Bar steht Ihnen kostenfreies W-LAN zur Verfügung.

Urlaub mit Ihrem Hund ist im Naturhotel Lechlife kein Problem. Gerne sind wir Ihnen bei Fragen hierzu behilflich.

VERPFLEGUNG

Gesundes Essen gehört für das Küchenteam des Naturhotels zu einem ganzheitlichen Urlaub dazu. Bei der Zubereitung der Speisen wird daher besonders viel Wert auf heimische und saisonale Speisen gelegt. Das Team versucht alle Zutaten aus der direkten Umgebung zu kaufen, um so die heimische Landwirtschaft zu unterstützen. Außerdem sind fast alle Zutaten aus biologischem Anbau.



Morgens können Sie aus einem reichhaltigen Frühstücksbuffet mit hochwertigen und frischen Produkten wählen. Starten Sie mit einem vitaminreichen Smoothie energiegeladen in den Tag, probieren Sie die hausgemachten Marmeladen und das schmackhafte Biobrot. Außerdem werden auch viele vegane Alternativen angeboten wie etwa Porridge oder Chia-Pudding.

Abends wird Ihnen ein 4-Gänge Menü gereicht. Das Hotel bietet neben leckeren Fisch- und Fleischgerichten eine große Auswahl an köstlichen vegetarischen und veganen Speisen.

Tipp: Vom Panorama Restaurant haben Sie abends einen einzigartigen Ausblick auf die beleuchtete Festung Schlosskopf.



UMGEBUNG

Besonders Wander- und Naturliebhaber kommen hier voll auf ihre Kosten. Das Hotel ist der ideale Ausgangspunkt für abwechslungsreiche Wanderungen, vorbei an eindrucksvollen Wasserfällen und atemberaubenden Seenlandschaften. Als einer der letzten Wildflüsse in Europa bietet der Lech ein einzigartiges Naturerlebnis. Direkt ab dem Hotel laden Sie der 125 km lange Lechweg sowie weitere Rad- und Wanderwege zu ausgiebigen Touren ein.



Tipp: Im Hotel können Rennräder, Mountainbikes oder auch E-Bikes ausgeliehen werden.

Auch die Nähe zu den Schlössern Hohenschwangau, Schloss Neuschwanstein und der Burg Ehrenberg ist ein weiterer Höhepunkt und sehr gut geeignet für

kulturelle Tagesausflüge. Die Highline 179 an der Burg Ehrenberg sorgt dabei für zusätzlichen Nervenkitzel. Die längste Fußgänger-Hängebrücke ist 114 Meter lange und verbindet die Burg mit dem Fort Claudia. Auf der Brücke bieten sich spektakuläre Ausblicke in die Umgebung.

Die Seen in der Umgebung sind bekannt für ihre ausgezeichnete Wasserqualität, hier fühlen sich Taucher, Fischer, Segler, Surfer und Sonnenanbeter wohl. Mit der kostenlosen "Aktiv Card" können Sie im Sommer unter anderem täglich mit der Seilbahn hoch zum Hahnenkamm fahren, von wo aus Sie spektakuläre Panoramawanderungen unternehmen können. Vielleicht haben Sie auch Lust den besonderen Barfuß Wanderweg zu ertasten und erleben und werden ganz eins mit der Natur. Außerdem haben Sie freien Eintritt zur Naturausstellung "Der letzte Wilde" und in die Schaukäserei.



PRAKTISCHE HINWEISE

ATMOSFAIR / ANREISE / TRANSFERS

Anreise

Sie können bequem mit dem Zug bis nach Füssen oder Reutte fahren. Gerne buchen wir Ihnen ein günstiges RIT-Bahnticket für eine entspannte und umweltschonende An- und Abreise. Ab dem Bahnhof Reutte können Sie sich vom Haus ein Taxi bestellen lassen, dieses kostet in der Saisonzeit nur 3 € pro Strecke (zwischen 09:00 und 17:00 Uhr). Alternativ wird am Anreisetag ein Transfer von Füssen zum Hotel um 16:00 Uhr angeboten. Am Abreisetag gibt es einen Transfer nach Füssen um 09:15 Uhr. Diese kosten pro Strecke 25 € und müssen vorher beim Haus angemeldet werden. Die Rezeption im Hotel ist von 08:00 – 20:00 Uhr besetzt, **bitte geben Sie unbedingt Bescheid, sollten Sie nach 20:00 Uhr anreisen.**



SONSTIGES

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

EINREISEBESTIMMUNGEN / SICHERHEIT

Einreisebestimmungen

Deutsche Staatsbürger können mit einem gültigen Personalausweis oder einem gültigen Reisepass nach Österreich 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 Europass.

Bei Einreise mit dem Pkw ist darauf zu achten, dass in Österreich eine Autobahnvignette erforderlich ist. Informationen hierzu finden Sie unter www.adac-shop.de/Vignetten/Oesterreich/

Sicherheitshinweise

Österreich gilt als sicheres Reiseland, in dem Sie sich rundum wohl fühlen können. In Touristenzentren und an sehr belebten Plätzen sollten Sie sich genauso vorsichtig wie in Deutschland verhalten, um Taschendiebstähle zu vermeiden.

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

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 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. Österreich ist flächendeckend mit Ärzten und Apotheken versorgt. Apotheken halten abwechselnd Nacht- und Sonntagsdienst; geschlossene Apotheken tragen Hinweise auf nächstgelegene offene Apotheken.

Notrufnummern in Österreich:

Notarzt: Tel. 144

Ärzte-Notdienst: Tel. 141

Bergrettungsdienst: Tel. 140



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 werden Ihnen im Hotel zur Verfügung gestellt.

Bitte beachten Sie, dass bei Kursen die Skilanglauf oder Schneeschuhwanderungen enthalten die Leihgebühr für die Ski-Ausrüstung oder die Schneeschuhe noch nicht inkludiert ist. Hierfür sollten Sie eine Leihgebühr von etwa 10 Euro pro Tag einkalkulieren.

WÄHRUNG / POST / TELEKOMMUNIKATION

Im Allgemeinen haben die Banken in Österreich Montag, Dienstag, Mittwoch und Freitag von 08:00 bis 12:30 Uhr und von 13:30 bis 15:00 Uhr geöffnet. Außerhalb der Banken kann in ganz Österreich an rund 3.000 Bankomaten rund um die Uhr Geld abgehoben werden. Akzeptiert werden in- und ausländische Maestro-Karten und die gängigen Kreditkarten.

ZOLLBESTIMMUNGEN

Grundsätzlich werden keine Zollkontrollen mehr durchgeführt, Stichproben sind jedoch jederzeit möglich. Es liegen keine besonderen Zollvorschriften für Österreich vor. Weitergehende Zollinformationen zur Einfuhr von Waren erhalten Sie bei der Botschaft Ihres Ziellandes. Nur dort kann Ihnen eine rechtsverbindliche Auskunft gegeben werden.

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.



NEBENKOSTEN / TRINKGELDER

Sie können im Hotel entweder in Bar, mit EC- oder Kreditkarte (Visa und MasterCard) zahlen.

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

Österreich ist im Bereich Umweltschutz ein recht fortschrittliches Land. In den letzten Jahren ist das Umweltbewusstsein der Bevölkerung angesichts der negativen Einflüsse auf die Gesundheit und der

Bedrohung durch den Klimawandel massiv gestiegen. Die Umweltpolitik setzt zur Lösung der globalen Probleme immer stärker auf internationale und globale Strategien. Zwei für Österreich bedeutende multilaterale Abkommen sind die Alpenkonvention zum Schutz des sensiblen Alpenraumes und das Donau-Schutzabkommen, das die Donau als eine der wichtigsten Lebens- und Wasseradern Europas erhalten will. Darüber hinaus hat Österreich zur Umsetzung seiner Klimaschutzziele eine nationale Klimastrategie entwickelt. Kernpunkte der Österreichischen Klimastrategie ist unter anderem die Steigerung der Energieeffizienz. Bereits heute beträgt der Anteil an Strom aus erneuerbaren Energien 59,1 Prozent, womit Österreich die Spitzenposition in der EU einnimmt. www.lebensministerium.at

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. 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.



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.neuwege.com/csr



LAND UND LEUTE

ZEITVERSCHIEBUNG UND KLIMA

In Österreich gilt wie bei uns die Mitteleuropäische Zeit (MEZ). Das Klima in Tirol ist weitestgehend von den Alpen geprägt und gehört zur gemäßigten Klimazone. Vor allem in den Bergen herrscht ein alpines Gebirgsklima vor. Der Tiroler Sommer ist relativ feucht, der Herbst hingegen trocken. Im Winter zählt Tirol zu den relativ schneesicheren Regionen. Tagesaktuelle Wetterinformationen finden Sie im Internet.

SPRACHE UND VERSTÄNDIGUNG

Deutsch ist die Muttersprache von etwa 98 % der österreichischen Staatsbürger. Tatsächlich gesprochen und geschrieben wird in Österreich das Österreichische Deutsch, eine hochsprachliche nationale Standardvarietät der deutschen Sprache, wobei sich Österreichisches Deutsch insbesondere im Wortschatz und der Aussprache, aber auch durch grammatikalische Besonderheiten vom Hochdeutschen in Deutschland unterscheidet. In Österreich werden in weiten Teilen noch Dialekte gesprochen.

RELIGION UND KULTUR

Ein Großteil der österreichischen Bevölkerung ist katholisch (etwa 73,6%). Das erklärt, warum es sehr viele christliche Festtage gibt. Aber auch sonst ist Tirol eine Region mit vielen Brauchtümern und alten Traditionen, die bis heute gepflegt werden.



Ein buntes Spektakel sind beispielsweise die sogenannten Almadriebe gegen Ende des Sommers, bei denen bunt geschmückte Rinder, Ziegen und Schafe

zurück in die Täler gebracht werden zum Überwintern. Ein weiteres Highlight sind die prunkvollen Fastnachtveranstaltungen, die in den kleinsten Dörfern ausgiebig gefeiert werden. Ebenso die Christkindlmärkte in der Weihnachtszeit sind für viele Besucher eine Besonderheit.

Tirol ist bis weit über seine Grenzen bekannt für das Jodeln und dem "Schuhplattler". Dieser Tanz wird vor allem auf Dorffesten und anderen Feierlichkeiten präsentiert.

ESSEN UND TRINKEN

Österreich ist bekannt für seine vielfältige Auswahl an traditionellen Gerichten, Getränken und Mehlspeisen. Zu den bekanntesten Gerichten zählen unter anderem das berühmte Wiener Schnitzel, der Tafelspitz, die Kärntner Kasnudeln und alle Arten von Knödeln. Bierbrauen und Weinanbau haben in Österreich ebenso Tradition wie die Herstellung von Käse und Speck sowie der regionale Anbau von Spargel. Zu den berühmtesten Süßigkeiten zählen vor allem die Mozartkugeln, die Sachertorte, die Linzertorte, Salzburger Nockerln und verschiedene Variationen von Strudeln. Bei den Schnäpsen ist der Marillengeist aus Aprikosen berühmt.

EINKAUFEN UND SOUVENIRS

Es gibt eine Reihe von schönen Mitbringseln, die Sie für Ihre Lieben oder auch für sich selbst mitnehmen können. Neben all den köstlichen Leckereien, Likören und Weinen, eignen sich auch die Kristallkunstwerke von Swarovski oder das bekannte österreichische Handwerk als Erinnerung an den Urlaub. Ebenfalls bekannt ist das Tiroler Steinöl. Dieses hochwertige Öl wird bereits seit über 100 Jahren in Pertisau erzeugt und zu Pflege- sowie Heilmitteln verarbeitet. Beliebt sind Cremes, Massageöle, Seifen, Wärmepackungen oder auch Duschgel und Shampoo. Die im Ölstein vorkommenden Wirkstoffe stammen von vorzeitlichen Meerestieren und Pflanzen, und durch seinen hohen Gehalt an natürlich gebundenem Schwefel hat das Tiroler Steinöl eine außerordentlich wohltuende Wirkung.

ANHANG

REISELITERATUR

Es gibt eine Vielzahl an literarischen Werken, die sich mit Österreich beschäftigen. Wir möchten Ihnen an dieser Stelle einige Reiseführer für Österreich empfehlen, die Ihnen auf interessante Art und Weise das Land mit all seinen Einzigartigkeiten näher bringen.

Lexer, Andreas:

MARCO POLO Reiseführer Tirol.

MairDuMont (2016).

ISBN: 3829729146

Gerald Schwabe und Dieter Seibert:

Allgäu 2 - Ostallgäu und Lechtal.

Bergverlag Rother (2016).

ISBN: 3763342591



KONTAKTDATEN UND ANMELDUNG



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!