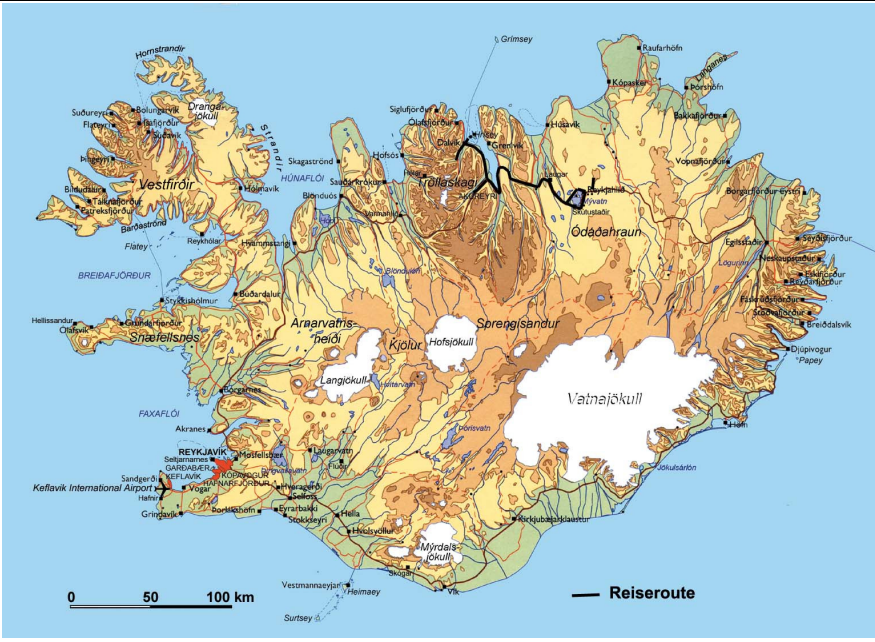


REISEBESCHREIBUNG

Yoga und Wandern

12.01.2018 AR

<p>Reisetermine 2018 6 Tage So – Fr</p> <p>17.06. - 22.06. 15.07. - 20.07.</p>		
<p>Anreise</p> <p>ab Akureyri (Nordisland)</p> <p>Flug nach Island/ Akureyri oder Hochlandbus Reykjavík – Akureyri</p> <p>auf Anfrage</p>		
<p>Gruppe</p> <p>internationale Gruppe, mind. 6, max. 15 Personen</p>		
<p>Reiseleitung</p> <p>deutschsprachige Reiseleitung</p>		
<p>Tourveranstalter</p> <p>Inspiration Iceland, Akureyri</p>	<p>Verpflegung</p> <p>5x Abendessen (exkl. Getränke)</p>	<p>Bitte mitbringen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - gut eingelaufene Wanderschuhe - Regenkleidung (Jacke und Hose) - Allwetterkleidung - bequeme Kleidung fürs Yoga - Badesachen - Hausschuhe
<p>Unterkunft</p>		
<p>5 Übernachtungen Doppelzimmer, Apartment mit Hot Pot</p>		
<p>Reisepreis 2018</p> <p>p.P. im DZ</p> <p>€ 1.680,-</p> <p>Einzelzimmer-Zuschlag € 280,-</p>	<p>Enthaltene Leistungen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Transfers lt. Beschreibung - 5 ÜN inkl. 11% isländ. MwSt. - 5x Abendessen (exkl. Getränke) - alle Aktivitäten lt. Beschreibung - Eintritt in Freibäder <p>nicht enthalten:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anreise nach Akureyri - Frühstück und Lunchpaket (können in der Gästeküche selbst zubereitet werden) - optionale Ausflüge 	
<p style="text-align: center;">Reiseversicherung</p> <p>Wir empfehlen die ERV, die Tarife finden Sie in unserem Katalog oder auf unserer Website unter „Service“ – „Reiseversicherung“. Auf Wunsch versichern wir Sie gleich bei Buchung oder Sie versichern sich selbst nach Erhalt der Buchungsbestätigung, z.B. online über unsere Website. Beachten Sie bitte die Abschlussfrist für Reiserücktrittskostenversicherungen bis spätestens zwei Wochen nach Buchung.</p>		

<p>Yoga</p>	<p>Die Yoga-Einheiten werden von Ulrica Seiler gestaltet. Praktiziert wird Anusara Yoga, einer modernen Form des klassischen Hatha-Yoga. Die täglichen Yoga-Einheiten dauern mind. 1,5 Stunden und finden in der freien Natur statt. Bei schlechtem Wetter bestehen an jedem Tag auch Indoor-Möglichkeiten im Yogazentrum. Meist werden 2 Einheiten am Tage veranstaltet.</p>
<p>Wandern</p>	<p>Die Wanderungen führen durch die unterschiedlichsten Landschaften in Nordisland. Die Dauer variiert zwischen 3-5 Stunden und findet auf technisch einfachem Niveau statt. Ein Guide wird Sie auf allen Touren begleiten.</p>
<p>Verlängerung?</p>	<p>Wenn Sie die Reise um weitere Tage in Reykjavík oder Touren verlängern möchten, beraten wir Sie gerne über die Möglichkeiten.</p>

Reisebeschreibung **Yoga und Wandern**

Entdecken und spüren Sie die Kraft der isländischen Natur im Sommer und lassen Sie sich vom Glanz der Mitternachtssonne verzaubern. Wenn die Sonne rund um die Uhr scheint, pulsiert das Leben im Norden: die Vögel beleben zu tausenden die Küsten, die Vegetation steht in vollem Saft und die Sonne wärmt das Land. Auf Wanderungen entdecken Sie die Vielfalt der isländischen Natur und nehmen die Kraft während den Yoga-Einheiten in sich auf.

Tag	Programm	Übernachtung
1	<p>Anreise</p> <p>Am Flughafen oder am Busbahnhof werden Sie nachmittags abgeholt. Entweder Sie erholen sich im Apartment oder genießen ein Bad im Freibad von Akureyri. Die zweitgrößte Stadt Islands, lernen Sie gegen 18 Uhr bei einer ersten Erkundungstour kennen. Nordisland heißt Sie bei einem gemeinsamen Abendessen herzlich willkommen.</p>	Akureyri
2	<p>Yoga in der Mitte des Fjordes</p> <p>Sie beginnen am Morgen mit einer 1,5-stündigen Yoga-Einheit drinnen oder draußen. Am frühen Nachmittag fahren Sie entlang der Westküste des Eyjarfjörður in Richtung Norden, um die Fähre Sævar zu erreichen. Die Fähre bringt Sie auf die kleine Insel Hrísey mitten im Fjord. Eine kurze Wanderung führt Sie zu einem grandiosen Ausblickspunkt. Zugleich gilt dieser Ort als einer der hervorragendsten Kraftorte Islands: der perfekte Platz um eine Yoga-Einheit zu genießen. Danach wandern Sie quer über die Insel und können die reiche Vogelwelt bestaunen. Zurück im Ort erwartet Sie das Freibad von dessen warmen Becken man eine wunderbare Weitsicht hat. Auch zum Abendessen bleiben Sie auf Hrísey und genießen lokales Essen. Im Schein der Mitternachtssonne bringt Sie die Fähre wieder auf das Festland zurück. Wanderzeit: ca.1,5 Std., Yoga: ca. 1,5 Std.</p>	
3	<p>Am Mývatn – Yoga auf heißer Erde</p> <p>Sie beginnen am Morgen mit einer 1,5-stündigen Yogasequenz drinnen oder draußen. Zur Mittagszeit beginnen Sie Ihre Fahrt in eines der spannendsten Gebiete Islands: der Mývatn-See. Der erste Halt ist jedoch der Goðafoss, der Wasserfall der Götter. Dort werden Sie auf einem Sandstrand eine tolle Yogasequenz einschalten. Kurz danach erreichen Sie den Mývatn. Hier erleben Sie die fantastische Welt inmitten der aktiven Vulkanzone mit ihren heißen Quellen, bunten Farben und brodelnden Schlammbecken. Die vielseitigen Landschaften erkunden Sie auf verschiedenen, eher kurzen Wanderungen: die grünen Pseudokrater von Skútustaðir, die mystischen Lavatürme in Dimmuborgir und die bunte Welt des aktiven Vulkanismus am Vulkan Krafla und am Námaskarð. Nach der körperlichen Anstrengung ist es nun Zeit, in dem warmen Wasser des Myvatn Nature Bath, der Blauen Lagune des Nordens, auszuspannen und den Blick über das Mývatn-Gebiet zu genießen. Zum Abendessen gehen Sie in ein Café mit Blick auf den See und nehmen eine leckere Mahlzeit aus direkter Umgebung ein. Wanderzeit: ca.1,5 Std., Yoga: ca.1,5 Std.</p>	
4	<p>Tröllaskagi – In den Bergen der Trolle</p> <p>Wie jeden Tag, beginnen Sie den Morgen mit einer Yoga-Einheit. Danach fahren Sie zum Mittagessen nach Norden bis zur Halbinsel der Trolle. Hier biegen Sie in eines der schönsten Bergtäler ein: dem Svarfaðadalur. Weit hinein zieht sich die Piste, bis Sie kurz vor dem Talschluss den alten Hof Skeið erreichen, wo Sie zu Mittag essen. Ihre Gastgeberin, Myriam, serviert ein klassisch isländisches Gerichte: gegrilltes Lammfleisch, Fisch sowie auch tolle vegetarische Kost für Vegetarier. Anschließend wandern Sie durch das idyllische Tal hinauf zu einem kleinen Bergsee. Entweder Sie nutzen die Zeit hier am Ufer zum ausruhen oder schließen sich einer weiteren Yoga-Einheit an. Wanderzeit ca. 2 Std., Yoga ca. 1,5 Std.</p>	
5	<p>Akureyri und herrlicher Fjordblick</p> <p>Nach einer Yoga-Einheit am Morgen haben Sie Zeit Akureyri zu erkunden, oder Sie genießen einfach Ihre Freizeit. Anschließend erkunden Sie mit der Gruppe die Umgebung Akureyris. Sie haben einen wunderschönen Blick auf den Fjord. Die Yoga-Einheiten werden spontan nach dem Befinden der Gruppe abgehalten. Am Abend trifft sich die Gruppe zu einem gemeinsamen Abendessen. Wanderzeit ca. 1-2 Std., Yoga ca. 1,5 Std.</p>	
6	<p>Yoga an rauschenden Wasserfällen</p> <p>Heute wandern Sie, nach einer ersten Yoga-Session, in eine bezaubernde Gegend. Auf touristisch unentdeckten Pfaden folgen Sie dem Fluss Mýrká, umgeben von der Bergwelt des Hörgárdalur. Die Mýrká fließt in unzähligen Wasserfällen von den Bergen zum Meer. Hier findet – von rauschenden Wasserfällen umrahmt - Ihre letzte Yoga-Einheit statt. Am Ende der Reise steht noch ein Halt bei einem Freibad auf dem Programm, um im warmen Wasser vor Ihrer Abreise noch einmal kurz zu entspannen. Am Nachmittag individuelle Abreise ab 16 Uhr inkl. Transfer zum Busbahnhof oder Flughafen Akureyri. Wanderzeit: ca. 1,5 Std., Yoga: ca. 1,5 Std.</p>	