

TOPSEMINARE FERIEN-ZWEIERLEI

Als Sportlehrer und Coach lade ich ein zu doppeltem Ferien-Vergnügen für Leib UND Seele in herzhaftem Beisammensein.

5mal pro Woche:

9h Gymnastik und Meditation am malerischen Strand von Vassiliki, anschließend ein paar Worte Griechisch probieren

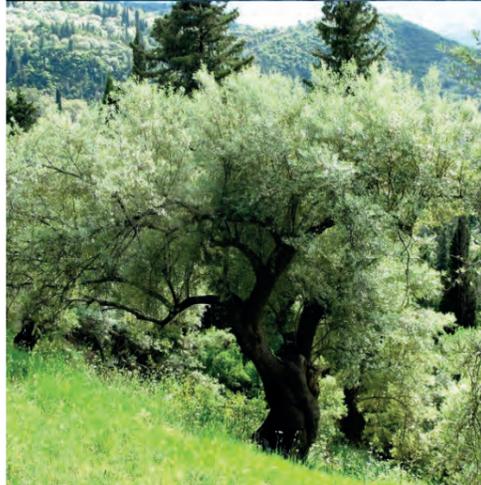
10:30 Miniworkshop „Life-Balance“: Wissen und Gespräche über guten Umgang mit Anforderungen im Alltag, Bewältigung von Stress, „Burn-Out-Prophylaxe“. Wir sorgen für Gesundheit und „beseeltes“ Engagement, indem wir unsere Lebensfreude stärken, entschieden auf unsere Prioritäten achten, angemessen Nein-Sagen üben, und gezielt Energie tanken.

11:30 Windsurf-Kurs bei Leichtwind: Einsteigen, Wenden ODER Paddeln auf speziellen Kanubrettern („S.U.P.“) oder:

16h Surfen für Fortgeschrittene: Tipps für Powerhalse & Co. Brett, Segel, Paddel, Räder des Hotels auch für individuelles Vergnügen.

Plus: 2mal pro Woche:

am Abend: griechisch Tanzen, Singen, Feiern...



GASTFREUNDSCHAFT

Unser Tipp: www.grandnefeli.gr

Ein familiäres griechisches Strand-Hotel in der Tradition herzlicher Betreuung, leere Strände im Mai, eine liebevolle Tavernen-Wirtin, die lokale Gartenprodukte geschmackvoll zubereitet, ein verschlafener Hafen, sehenswerte Ausflugsziele, authentisches Griechenland genießen (weit weg von Athen).

Im Mai ist Lefkas sommerlich warm und mild, mit kühlen Nächten. Der lokale thermische Wind kommt fast jeden Tag auf, beginnt sanft etwa um 11h, wird langsam etwas stärker, bis etwa 12kmh, hält dann einen Mittagsschlaf (wir sind in Griechenland!) und beginnt meist um etwa 15h wieder als Starkwind, am Abend wird es wieder windstill. Seit Jahren bin ich regelmäßig in Vassiliki, fasziniert von diesem Naturphänomen, genieße außerordentliche Gastfreundschaft, preiswerte und ruhige kleine Tavernen am Strand, die Lust, mit dem Wind zu fliegen und – da ich fließend griechisch spreche – persönliche Begegnungen mit Griechen.

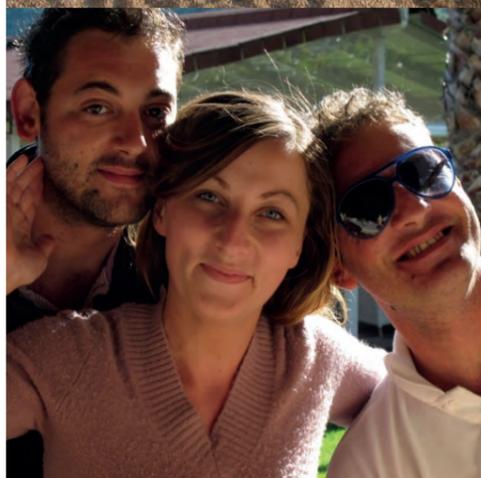


RÜCKMELDUNGEN VON GÄSTEN

"Rund um die Gastfreundschaft und Gemütlichkeit in Vassiliki locken tolle Naturerlebnisse, die sich erwandern oder mit dem Radl gut erobern lassen, z.B. ein verlassenes Dorf, ein uraltes Kloster am Berghang, ein Leuchtturm am Kap, wo die Fähren zum Greifen nah vorbeiziehen. Fasziniert hat mich auch eine unbeschreiblich schöne Bucht, eingefasst von gigantischen Felsklippen. Es gibt auf Lefkas viele Kraftplätze zu entdecken." Hermann Scharinger aus Salzburg.

"Die Traumbucht von Vassiliki ist ideal für jede Art von Surfvergnügen. Und ganz besonders wohltuend fand ich die morgendliche Meditation am Meer." Barbara Vogl aus Ruppolding

"Die Gastgeber waren außerordentlich zuvorkommend, stimmungsvoll die Abende mit unserem griechischen Gesang in der Strandtaverne." Ulrike Buergel-Goodwin aus München



TIPPS

Gemütliche Apartments mit Balkon und Kochmöglichkeit auf der "weißen Insel" Lefkas, inmitten von Sonne, Strand, Wind und Meer.

Preisbeispiel 13 Tage Grand Nefeli www.grandnefeli.gr
inkl. 10 Tage Material Verleih UND inkl. Workshop
ab €355.- / Woche im DZ. inkl. Ferien-Zweierlei. zuzgl. Anreise:

Strand-Hotel mit Meeresblick	DOPPEL-Zi	EINZEL-Zi
Studio Nefeli (schlichte Ausstattung):	€710,-	€ 970,-
Hotel Nefeli (gepflegt und geräumig):	€905,-	€1.360,-

Reichhaltiges Frühstücksbuffet €5,- pro Tag.
Aufpreis Kinderbett €8,- pro Tag unabhängig von der Zimmer-Kategorie, im EZ ist 1 Kind ohne Aufpreis inkludiert.

Anmeldung

Bitte an: paul.lahninger@topseminare.at 0043-662-824777

Die Anmeldung wird definitiv durch Überweisung des Workshop-Beitrages, €250,- pro Person an Paul Lahninger, Kto. 1234806 BLZ 45010.

Die Hotelkosten können bar vor Ort bezahlt werden.

Hotel Grand-Nefeli hotelgrandnefeli@gmail.com

GR6601103990000039974977090/ETHNGRAA/MIGKOY

ÖKOLOGISCH REISEN

Nachtzug EN 1037 Wien West. Fr, 3. Mai 20:48

Hält in allen IC-Bahnhöfen

Salzburg Hbf. 23:49 an, ab 01:34

Venezia Santa Lucia an 08:34

Fähre: www.aneek.gr Deckpassage €125,- hin und zurück.

Venedig ab Sa, 4.Mai 2013, 12h, an Igoumenitsa So, 13h

Autotransfer €280,- hin und zurück.

Kabinen sind auch direkt am Schiff buchbar!

Bus Igoumenitsa–Vassiliki (ca.160km) €15,-

oder Mietauto 13 Tage ab ca. €290.-

Rückreise FÄHRE: Igoumenitsa ab Sa, 18.Mai, 8.30

Venedig an So, 19. Mai, 7.30

ÖBB-ICB ab Venezia 11.20 an Villach Hbf. 14.50 an Salzburg 17.48

ODER:

Der Flughafen Prevezza liegt etwa 50km von Vassiliki:

Öffentliche Busse oder Taxi nach Vassiliki ca. €50.-

AUSFLUGSIDEEN

Mountainbikes, Moped- und Mietautoverleih, Bootsauflüge zu nahen Stränden wie auch zu den Inseln Icaria und Kefalonia, Kanu- und Wasser-Fahrrad-Verleih.

Das Kleingedruckte:

Bei Rücktritt bis 4 Wochen vor Workshop-Beginn werden €120.- in Rechnung gestellt/einbehalten, danach ist der gesamte Kursbeitrag fällig und ein Rücktritt nicht mehr möglich, die Teilnahme ist jedoch übertragbar.

Paul Lahninger, TOPSEMINARE ist Vertragspartner ausschließlich für das Ferienzweierlei-Kursprogramm, für alle touristischen Leistungen kommt der Vertrag durch die Buchung zwischen Leistungsempfänger-In und Anbieter zustande. Jegliche Haftung von Topseminare für Mängel der touristischen Leistungen oder für Schlechtwetter ist ausgeschlossen.

Die Informationen wurden sorgfältig erstellt, dennoch muss wie üblich darauf hingewiesen werden: Alle Angaben ohne Gewähr.

