



Bodensee

Klöster, Keller & Käse

NEU

Termine: 5 Tage
13.05. – 17.05. 19.08. – 23.08.

Abfahrten:
Merzig · Dillingen · Saarlouis · Völklingen
Kaiserslautern · Landstuhl · Homburg · Neunkirchen
St. Ingbert

6.30 Uhr Saarbrücken, Parkplatz Stengelstraße/Roonstraße

Der Bodensee, ein Urlaubsparadies mit idyllischen Städtchen, zauberhaften Inseln und einer perfekten Mischung aus Kultur und Natur, liegt genau am Dreiländereck Deutschland, Österreich und Schweiz. Die Wege führen Sie durch verschiedenartige Landschaften, am Wasser entlang, durch Streuobstwiesen und durch alte Dörfer, und erschließen dem Wanderer die schönsten Aussichtspunkte – manchmal auch mit Blick auf die Alpen. Erleben Sie aktiv die landschaftliche und kulturelle Vielfalt am Schwäbischen Meer.

1. Tag: Die Reiseroute verläuft durch das Elsass, über Straßburg und Freiburg nach Meersburg. Geführte Wanderung auf dem Weinkunde-Panoramaweg. Fahrt ins Hotel nach Friedrichshafen. Sie wohnen im Traditionshaus „Buchhorner Hof“ in zentraler Lage gegenüber der Uferpromenade am Bodensee. Alle Zimmer haben Bad oder Dusche/WC, Telefon, Minibar und Kabel-TV. Den Gästen steht der Wellness- und Fitnessbereich des Hotels kostenfrei zur Verfügung (Solarium und Whirlpool gegen Gebühr).

1. bis 4. Tag: Das Wanderprogramm, das während Ihres Aufenthaltes durchgeführt wird, umfasst 4 geführte Wanderungen (1 Halbtages- und 3 Ganztageswanderungen), die einen umfassenden Einblick in die herrliche Landschaft des Bodensees und unterschiedlichsten Kulturgüter im Dreiländereck vermitteln.

5. Tag: Nach dem Frühstück Beginn der Heimreise. Rückkunft in Saarbrücken gegen 18.00 Uhr; in den genannten Abfahrtsorten entsprechend später.

Meersburger Weinberge
3 h / 9 km / 100 hm Auf- und Abstieg

Nach der Ankunft in Meersburg erwartet Sie Ihr Wanderführer zur ersten Wanderung. Der Weg führt Sie auf dem Höhenweg des Weinkunde-Panoramawegs durch die Meersburger Weinberge

nach Hagnau. Kurzer Kellerrundgang mit der Verkostung zweier Weine im Winzerhaus. Danach wandern Sie am See entlang zurück nach Meersburg. Fahrt nach Friedrichshafen ins Hotel.

Kloster Birnau, Pfahlbauten und die Blumeninsel Mainau

Ihr Reisebus bringt Sie zur bekannten Wallfahrtskirche Birnau, ein Höhepunkt barocker Baukunst am Bodensee. Nach der Besichtigung wandern Sie entlang des Kloster Maurach und durch das Naturschutzgebiet Seefeldler Aach nach Unteruhldingen, wo Sie im Rahmen einer Führung die berühmten Pfahlbauten besichtigen. Dann besteigen Sie ein Bodensee-Ausflugsschiff, das Sie zur Blumeninsel Mainau bringt. Bei einem ca. 2-stündigen Rundgang erleben Sie die interessanten Höhepunkte der Insel. Mit dem Schiff geht es zurück nach Unteruhldingen, wo der Bus Sie erwartet.

Käsewanderweg auf dem Pfänder

4 h / 14 km / 100 hm Auf- und Abstieg

Sie fahren zum Pfänder, dem Bregenzer Haus- und Erlebnisberg. Mit der Pfänderpanoramagondel erreichen Sie die Bergstation, von wo aus Sie eine herrliche Höhenwanderung entlang des Pfänderrückens erwartet. Neben einzigartigen Ausblicken auf den Bodensee und auf 240 Alpengipfel erleben Sie auch die interessanten Schautafeln des Käsewanderweges. Möglichkeit zum Besuch einer Sennerei mit Führung und Käseverkostung. Die Wanderung endet wieder bei der Pfänderbahn, mit der Sie hinab ins Tal fahren. Ihr Reisebus erwartet Sie anschließend zu einer kleinen Panoramarundfahrt durch das Vorarlberg.

Entlang des Bodensees nach Lindau

5 h / 18 km

Der Bus bringt Sie nach Langenargen, das den Slogan „Die Sonnenstube am Bodensee“ trägt. Hier erwartet Sie Ihr Wanderführer zu einem Rundgang durch den historischen Ortskern mit der barocken Pfarrkirche und dem Schloss Montfort. Weiter wandern Sie entlang des Bodensees über das landschaftlich herrlich gelegene Kressbronn nach Nonnenhorn. Der Wanderweg führt dann nach Wasserburg, der „Perle am Bayerischen Bodensee“, das für seine malerische Halbinsel mit dem Schloss Wasserburg bekannt ist. Von hier aus beginnt die letzte Wanderetappe dieser Reise bis nach Lindau. Sie erwandern die sehr gut erhaltene mittelalterliche Altstadt auf der Insel, die mit historischen Gebäuden und der berühmten Hafeneinfahrt zum Entdecken einlädt und einen wunderbaren Abschluss Ihrer Wanderreise bildet.

Leistungen:

- Reise im modernen Fernreisebus
- 4 Übernachtungen im 4-Sterne-Hotel Buchhorner Hof in Friedrichshafen
- Halbpension
- 1 Halbtages- und 3 Ganztageswanderungen
- Transfer zu den Startpunkten und zurück
- kurzer Kellerrundgang mit der Weinverkostung (2 Weine) und einer Bretzel in Hagnau
- geführte Besichtigung Kloster Birnau
- Eintritt und Führung Pfahlbautenmuseum Unteruhldingen
- Schifffahrt Unteruhldingen – Insel Mainau – Unteruhldingen
- Berg- u. Talfahrt mit der Pfändergondelbahn
- Eintritt Insel Mainau

€ 518

Zuschlag Einzelzimmer: € 118



Nordic Walking

an der Costa Brava



Termine: 10 Tage **7 Tage**
05.06. – 14.06. **07.09. – 13.09.**

Abfahrten:
Merzig · Dillingen · Saarlouis · Völklingen
Kaiserslautern · Landstuhl · Homburg · Neunkirchen ·
St. Ingbert · Neustadt · Landau · Pirmasens ·
Zweibrücken · St. Wendel · Ottweiler · Quierschied
18.00 Uhr Saarbrücken,
Parkplatz Stengelstraße/Roonstraße

Bereits seit über 10 Jahren sind die Costa Brava und deren Hinterland zum Mekka von Wanderern und Walkern geworden. Ausschlaggebend hierfür sind das milde Reizklima und die bestens ausgebauten Wege entlang der Küste und durch die Region der Baix-Emporda.

Nordic Walking

Der Sport, der in den letzten Jahren den größten Zuspruch und das schnellste Wachstum in der Bevölkerung erzielt hat, ist Nordic Walking. Seit Einführung der Sportart Fußball gab es keinen derart rasanten Anstieg an begeisterten Anhängern. Nordic Walking ist auf dem besten Wege, sich als Breitensport zu etablieren.

Erlernen Sie Nordic-Walking oder verfeinern Sie Ihre Nordic-Walking-Technik im Rahmen einer Aktiv-Woche gemischt mit einem reizvollen kulturellen Angebot (z. B. Kloster Montserrat, Dalí-Museum, Barcelona). Dauer der Touren zwischen 1½ und 3½ Stunden. Der Anspruchsgrad richtet sich nach dem Trainingsniveau der Gruppe. Sowohl Anfänger als auch Köhner werden sich gut aufgehoben fühlen.

Sie benötigen unbedingt Trekking-, Jogging- oder idealerweise Nordic-Walking-Schuhe und Outdoor- oder Sportbekleidung. Nordic-Walking-Stöcke können vor Ort entliehen werden (bitte bei Anmeldung inklusive Ihrer Körpergröße angeben).

Ihr Kursleiter in Playa de Aro: Andreas Frey und das Team der Nordic Walking Schule „fit & frey“

Zur Person: Andreas Frey ist Physiotherapeut, Konditionstrainer des Tennisverbandes Rheinland und Ausbilder für Nordic-Walking-Trainer.

Fahrtverlauf

Anreise über Metz – Lyon – Nîmes nach Playa de Aro, wo Sie am 2. Tag gegen 10.00 Uhr eintreffen. 7 bzw. 4 Übernachtungen in Playa de Aro. Abends Busabreise in Playa de Aro – Rückkunft in Saarbrücken am letzten Tag morgens gegen 10.00 Uhr – Transfer in die Zustiegsorte.

Sie wohnen

Unterbringung im Götten Ferienzentrum, das nur ca. 200 m vom Mittelmeer entfernt ist. Die Apartments der Anlage bestehen aus einem Schlafzimmer mit 2 Betten, einem Wohnzimmer mit Schlafgelegenheit und eingebauter Küche, welche komplett mit Herd, Kühlschrank und Geschirr eingerichtet ist. Badezimmer mit Sitzbadewanne oder Dusche und WC. Die Einzelapartements bestehen aus einem kombinierten Wohn-/Schlafzimmer mit Küche. Bettwäsche und Handtücher werden gestellt; kein Zimmerservice. Freie Benutzung des Hallenbades. Die Mahlzeiten werden im Bistro des Ferienzentrums und in landestypischen Restaurants eingenommen.

Auf Wunsch (Aufpreis) werden von Herrn Frey verschiedene physiotherapeutische Leistungen und Massagen vor Ort angeboten.

Fitness-Wohlfühlprogramm

- 5 bzw. 3 geführte Nordic Walking Touren entlang der Küste und ins Hinterland der Costa Brava
- 5 bzw. 3 x Wirbelsäulengymnastik mit Rückenschule
- Einführung in Entspannungstechniken

Leistungen:

- Reise im modernen Fernreisebus
- 7 bzw. 4 Übernachtungen im Götten Ferienzentrum
- 8 bzw. 5 x Frühstück
- 7 bzw. 4 Mahlzeiten inkl. Tischwein und Wasser
- Theoretische Einführung „Nordic Walking“
- 5 bzw. 3 geführte Wanderungen
- 5 bzw. 3 Einheiten Wirbelsäulengymnastik
- Einführung in Entspannungstechniken

Termin 05.06. (10 Tage) € 525
Termin 07.09. (7 Tage) € 378

Zuschläge Einzelzimmer: 05.06. € 33; 07.09. € 27