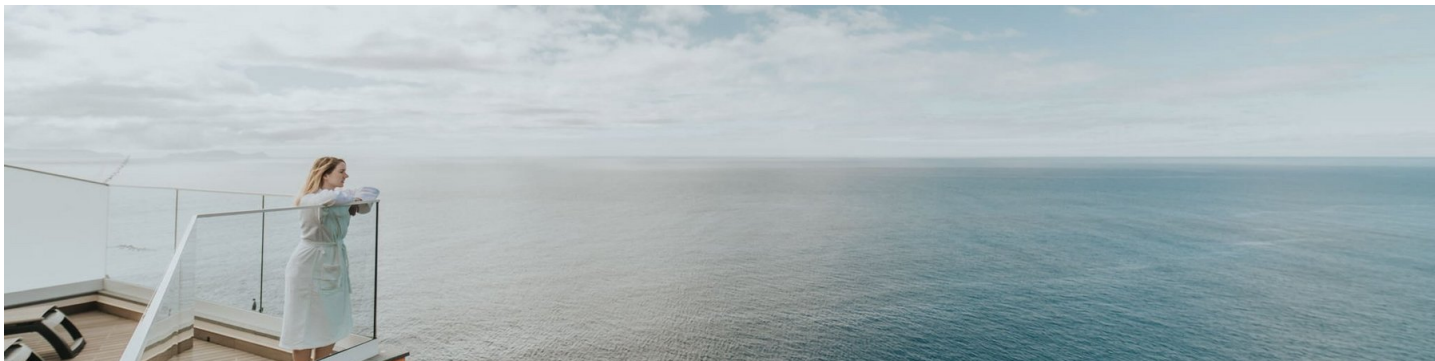




Yoga im Hotel Alpino Atlantico

Yoga auf der Blumeninsel Madeira

Yoga in einem kleinen Hotel-Bijou auf der Blumeninsel Madeira! Am südlichen Rand von Europa gelegen und beeinflusst vom Golfstrom, herrscht auf der Insel das ganze Jahr über ein angenehm mildes Klima.

AUF EINEN BLICK

 Ganzjährig buchbar

 ab CHF 2'020.-

Saisonpreise

 Yoga Hotel



- Kleines Ayurveda-Hotel auf der Blumeninsel Madeira
- Schöne Zimmer, alle Richtung Meer ausgerichtet
- Ayurvedisch-vegetarisches Essen
- Bequeme Direktflüge ab der Schweiz

Reiseprogramm

1. Tag: Schweiz - Madeira (-/-/A)

Flug von der Schweiz nach Madeira. Transfer ins Hotel und der Rest des Tages zur freien Verfügung. Abendessen im Hotel Alpino Atlantico.

2.-7. Tag: Yoga-Programm im Hotel Alpino Atlantico (F/M/A)

Hartha Yoga ist eine Form des Yoga, bei der das Gleichgewicht zwischen Körper und Geist vor allem durch körperliche Übungen (Asanas) Atemübungen (Pranayama) und Meditation angestrebt wird. Akhanda bedeutet ganz und unteilbar. Akhanda Yoga ist ein ganzheitliches Yoga das alle 5 Elemente umfasst. Diese 5 Elemente sind Bewegung, Atem- und Klangarbeit. Jeweils am Morgen finden im Alpino Atlantico die Yogalektionen für die Ayurveda-Kur-Gäste statt. An diesen Gruppenlektionen können auch die Gäste welche das Yogaprogramm gebucht haben teilnehmen. Manchmal werden die Teilnehmer in zwei verschiedene Gruppen eingeteilt. Eine Gruppe für Leute die noch nicht so lange Yoga üben und die zweite Gruppe für Leute die schon längere Zeit Yoga üben. Für die Gäste des Yoga-Programms findet jeweils am Nachmittag eine Privat-Yoga oder Qigong-Lektion statt. Im Alpino Atlantico unterrichten mehrere Yoga- und eine Qigong-Lehrerin, welche über sehr viel Erfahrung im Unterrichten von Yoga verfügen.

Inbegriffen im Yogaprogramm

Täglich Morgens Gruppen-Yogalektionen mit den Ayurveda-Kur-Gästen zusammen und am Nachmittag eine Privatlektion Yoga.

8. Tag: Rückreise in die Schweiz (F/-/-)

Transfer zum Flughafen und Rückreise in die Schweiz.

Informationen zur Unterkunft

Das Resort

Die Landschaft von Madeira ist geprägt von hohen Bergen und steilen Küsten vulkanischen Ursprungs. Das Hotel Alpino Atlantico befindet sich auf einer Klippe über dem Atlantik, ist im Stil eines Terrassenhauses gebaut und verfügt über 27 Zimmer auf drei Stockwerken. Offene Treppen verbinden die einzelnen Ebenen mit dem Garten. Von der Terrasse des Restaurants aus haben Sie einen herrlichen Blick über das Meer. Hier können Sie sich gemütlich zurücklehnen und die köstlichen ayurvedischen Mahlzeiten geniessen und je nach Saison die grossen Kreuzfahrt-Schiffe beobachten, die gemächlich vorbeiziehen. Vielleicht haben Sie sogar Glück und entdecken Delphine, die in den Wellen spielen.

Lage

Das Hotel liegt an der sonnigen Südküste von Madeira in dem Villen-Quartier Contrata in der Ortschaft Canico de Baixo, auf einer hohen Klippe über dem Atlantik. Die Hauptstadt der Insel Funchal, mit der kleinen historischen Altstadt und dem grossen Hafen, ist nur ein paar Kilometer entfernt und gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar. Der Transfer vom Flughafen Madeira zum Hotel dauert maximal zwanzig Minuten.

Ambiente

Das Hotel Alpino Atlantico gehört zu den Sentido-Galo Resorts; die anderen zu dieser Gruppe gehörenden Hotels, Galosol und Galomar sind nur einen kurzen Spaziergang entfernt. Das Alpino Atlantico ist ein kleines Hotel, ein „Refugio“ speziell für Gäste, die Ruhe und Erholung suchen sowie Ayurveda-Behandlungen mit der umfassenden Ayurveda-Philosophie kennenlernen und am eigenen

Körper erfahren möchten.

Gästezimmer

Die gemütlich in einem modernen Stil eingerichteten Zimmer verfügen über TV und Air-condition/Heizung. Alle Gästezimmer sind Richtung Süden ausgerichtet; auf dem Balkon oder der Terrasse können Sie entspannen und die Ayurveda- Behandlungen nachwirken lassen und dabei den herrlichen Ausblick über den Garten und das Meer geniessen.

Infrastruktur Sentido-Galo Resorts / Ausflüge

Die Gäste des Alpino Atlanticos können alle Infrastrukturen der anderen Galo-Hotels mitbenützen: Schwimmbad, Badebucht mit Süss- und Salzwasser-Pool, Fitnesscenter und Hallenbad. Gegen Aufpreis: Tauchschule mit Unterwasser-Naturschutzgebiet, geführte Wanderungen, Mountainbike-Miete, Ashoka-Spa und Coiffeur.



Auf einem Felsen über dem Meer Garten



Yoga



ayurvedisch-vegetarisches E

Im Preis inbegriffen

- Linienflug Economyklasse nach Funchal retour inkl. Taxen
- Transfer vom Flughafen zum Hotel und retour
- Unterbringung gemäss Ihrer Buchung
- Ayurvedisch- vegetarische Vollpension
- Yoga

Im Preis nicht inbegriffen

- Kurtaxe von Euro 1.- pro Tag und Person (vor Ort zahlbar)
- Aufpreis, falls die kalkulierte Flugklasse nicht mehr verfügbar ist
- Persönliche Ausgaben
- Ayurveda-Wochenprogramm im Alpino Atlantico

Hinweise

Ökologisches Engagement

Die Sentido-Galo Hotels verfügen über ein umfangreiches Umwelt- und Nachhaltigkeitsprogramm mit Travelife Gold und Eco-Hotels Zertifizierung.

