




Yoga und Wandern auf Madeira


Yoga- und Wanderwoche auf der Blumeninsel

In der Yoga- und Wanderwoche lernen wir die Schönheiten der Insel Madeira zu Fuss kennen und praktizieren täglich Yoga und Meditation. Wir wohnen in der Quinta dos Artistas, einer kleinen Ferienanlage mit Meerblick. Persönlich und familiär geführt ist die Quinta ein besonderer Ort auf Madeira - ein Treffpunkt und Lebensplatz für Menschen mit Bezug zu Natur, Kultur, Kunst und Genuss. Wir erleben eine inspirierende und kraftspendende Woche, in der alle Sinne angesprochen werden.



AUF EINEN BLICK


 7 Tage

 ab CHF 2'390.-

 Yoga Wandern

 Deutschsprachiger Yogaunterricht und Wanderführer  Gruppenreise (4-10 Teilnehmer*innen)

-  • Unterkunft in einer wunderschönen Quinta mit herrlicher Meersicht
- Yoga und Meditation im Yogaraum und in der kraftvollen Natur Madeiras
- Kleingruppe mit deutschsprachiger Wanderführerin und Yogalehrerin
- Wanderungen durch natürliche Landschaften und zu besonderen Kraftplätzen
- Besuch der lebendigen Hauptstadt Funchal
- Zur Ruhe kommen und mit neu gewonnener Energie in den Alltag zurückkehren

Reisedaten

24.05.2025 - 31.05.2025	Ausgebucht	CHF 2'390.-
05.07.2025 - 12.07.2025	Buchbar	CHF 2'390.-
16.08.2025 - 23.08.2025	Buchbar	CHF 2'390.-
13.09.2025 - 20.09.2025	Ausgebucht	CHF 2'390.-
11.10.2025 - 18.10.2025	Buchbar	CHF 2'390.-
08.11.2025 - 15.11.2025	Buchbar	CHF 2'390.-
06.12.2025 - 13.12.2025	Buchbar	CHF 2'390.-

Reiseroute



Reiseprogramm

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

Flug von Zürich nach Funchal. In Madeira kurzer Transfer in die Unterkunft. Die Quinta dos Artistas liegt ca. 15 Fahrminuten vom Küstendorf Santa Cruz entfernt. In der Unterkunft treffen Sie die Wanderführerin/Yogalehrerin und erhalten die ersten Informationen zum Ablauf der Wander- und Yogawoche. Bei später Ankunft auf Madeira findet diese Information am nächsten Tag statt. Abendessen in der Quinta.

2. Tag: Quinta-Wanderung (F/L/-)

Der erste Tag der Yoga- und Wanderwoche beginnt mit einer Morgenmeditation, Sonnengruss oder den «Fünf Tibetern». Heute ist der Tag zum Ankommen vorgesehen, man kann gemütlich Ausschlafen, Frühstück und die Quinta und Umgebung erkunden. Für alle, die aber doch schon wandern möchten, lädt die Quinta zu einer geführten Wanderung für alle Quinta-Gäste ein (heute können die Gäste aller Gruppen zusammen teilnehmen, die maximale Gruppengrösse kann dabei überschritten werden). An diesem Tag wird, unabhängig von den Teilnehmern, Wetter, Jahreszeit und Blütenstand die am besten passende Route ausgesucht. Die Schwierigkeit dieser Wanderung kann auch unter den Ansprüchen der morgen beginnenden Wanderwoche liegen. Nähere Angaben am Morgen der Wanderung beim gemeinsamen Frühstück. Keine oder maximal 15 Minuten Anfahrt. (Wanderzeit: 2 bis 2½ Std.)

3. Tag: Traumhafte Südküste (F/L/-)

Am Morgen Yoga und Meditation in der Quinta. Dieser Tag steht ganz im Zeichen des Wassers. Die Südküste besticht durch zahlreiche Levadas und je nach Route erwarten die Gruppe spannende Ausblicke auf den mächtigen Atlantik oder in tief eingeschnittene Täler. Die Tour führt ganz in den Süd-Westen zum Leuchtturm (Farol) von Ponta do Pargo. Nach einem Ausblick von der spektakulären Steilklippe aus 300 Höhenmetern hinunter auf den Atlantik, beginnt der 300 m höher gelegene, ebene Wanderweg durch Farne, Wälder, in tiefe Täler hinein und vorbei an kleinen Bauernhäusern. Ein immer noch fast "vergessener", ursprünglicher Teil von Madeira. Einfacher Wald- und Wiesenweg, keine Schwindelfreiheit erforderlich. Rückkehr zur Quinta und freie Zeit, bevor abends eine Yoga-Einheit mit Entspannungsübungen stattfindet. . (Wanderung: ca. 12 bis 15km, 3 bis 4 Std.)

4. Tag: Funchal (F/-/-)

Der Tag beginnt mit einer Morgenmeditation in der Quinta. Bustransfer von Santa Cruz in die Hauptstadt Funchal mit anschliessender Stadtbesichtigung. Auf dem Programm steht ein Besuch in der Markthalle, der Altstadt und der Kathedrale «Se». Die Stadtführung endet circa am Mittag. Anschliessend steht uns der Rest des Tages zur freien Verfügung. Das Programm können wir uns selbst zusammenstellen. Empfehlenswert sind zum Beispiel ein Spaziergang entlang der Hafensperrmauer, eine Fahrt mit der Seilbahn hoch nach Monte und der Besuch des botanischen Gartens. Unser Tourguide wird uns noch weitere Besichtigungs-Tipps geben. So wie uns beliebt, kehren wir abends selbständig in die Quinta zurück, entweder mit dem öffentlichen Bus oder mit einem Taxi. Fahrzeit ca. 20 Minuten.

5. Tag: Der Nordosten von Madeira (F/L/-)

Bustransfer zum Ausgangspunkt der Wanderung gleich nach dem Frühstück. Die Ponta de São Lourenço ist ein Kap und Naturschutzgebiet an der Ostspitze von Madeira. Die felsige Halbinsel ist weitgehend baumlos. Die Wanderung entlang der Klippen zum Kap führt über Fels- und Schotterwege, Holzstege und Steintreppen, welche, durch Drahtseile gesichert sind. Die Sonne und eine angenehme Meeresbrise sind heute unsere ständigen Begleiter. Die vulkanischen Felsen sind ein besonderer Kraftort. Rückfahrt in die Quinta für eine weitere Yogalektion mit Entspannungsübungen. Abendessen in der Quinta. Fahrzeit ca. 50 Minuten.

(Wanderung: ca. 7 bis 10km, ca. 3 Std., +400m / -400m)

6. Tag: Hochebene und die Lorbeerwälder (F/L/-)

Nach der morgendlichen Yoga- und Meditationseinheit gelangt die Gruppe mit dem Transferbus zum zentralen Hochplateau Paul da Serra. Nach einem kleinen Aufstieg zum höchsten Punkt der Hochebene, „Pico Ruivo do Paul da Serra“ (1.640 m), erwartet uns ein prächtiges Panorama auf das Zentralmassiv von Madeira. Anschliessend wandern wir auf einem alten Schäferweg zu den ältesten Lorbeerwald-Beständen „Laurisilva“, die seit 1999 UNESCO-Weltnaturerbe sind. Unter 600 Jahre alten Baumriesen können wir ganz individuell deren Energie spüren und Kraft tanken - sie gelten als wahre „Mutmacher“.

(Wanderung: 10km, 3 bis 4 Std., +160m /-300m)

7. Tag: Aufstieg zu den höchsten Gipfeln (F/L/A)

Meditation, Sonnengruss oder die «Fünf Tibeter». Nach dem Frühstück Bustransfer in die Berge. Verschiedene spannende Routen führen je nach Wetterlage über die Waldgrenze mitten in Madeiras Zentralmassiv. Dazu werden gesicherte Wege genutzt. Am Ende erreichen wir entweder den Pico Ruivo (mit 1'862 m der höchste Gipfel Madeiras) oder den Pico do Arieiro. Bei guter Sicht ist ein Rundblick über Madeira bis hinunter zum Atlantik möglich. Sollte das Wetter die Wanderung nicht möglich machen, überrascht uns das Team vor Ort mit einer schönen Alternativtour. Rückkehr in die Quinta für eine weitere Yogalektion mit Entspannungsübungen. Abendessen in der Quinta. Fahrzeit ca. 45 Minuten.

(Wanderung: ca. 7km, 3 Std., +650m /-350m)

8.Tag: Madeira - Schweiz (F/-/-)

Letztes gemeinsames Frühstück mit frischen und regionalen Produkten der Quinta, Transfer zum Flughafen und Retourflug in die Schweiz oder Verlängerung auf Madeira.

Hinweise: F = Frühstück, L = Lunchpaket, A = Abendessen.

Programmänderungen bleiben ausdrücklich vorbehalten.

Unsere Meinung

Die Quinta dos Artistas ist eine gepflegte und sehr persönlich geführte Unterkunft. Sie werden bei der Familie Dornfeld-Brettenbauer und Ihren Mitarbeiter*innen echte Gastfreundschaft erleben. Die Kombination Yoga & Wandern ist eine wunderbare Möglichkeit, sich eine Auszeit zu gönnen. Die Insel Madeira mit Ihrer tollen Vegetation lohnt sich, ganzjährig zu besuchen.

Im Preis inbegriffen

- Flüge Zürich – Funchal – Zürich in der Economy-Klasse
- Flughafentransfer hin und zurück
- 7 Übernachtungen im Doppel oder Einzelzimmer inkl. Frühstück
- 2 Abendessen in der Quinta
- 5 Lunchpakete vom reichhaltigen Frühstücksbuffet inkl. gefiltertem Wasser
- Yoga und Meditationslektionen
- 5 Wanderungen mit der Wanderführerin
- 1 Halbtagesausflug nach Funchal mit Stadtbesichtigung (ohne Rücktransfer)
- Deutschsprechende Wanderführerin / Yogalehrerin
- Beitrag für Klima- und Naturschutz (CHF 25.-)

Im Preis nicht inbegriffen

- Flugaufpreis, falls die kalkulierte Tarifklasse nicht mehr verfügbar ist
- Nicht erwähnte Mahlzeiten und Getränke
- Transfer nach der Stadtbesichtigung von Funchal retour in die Quinta
- Örtliche Kurtaxe ca. EUR 2 pro Tag
- Trinkgelder sowie persönliche Ausgaben

Preise

- Richtpreis pro Person im Doppelzimmer Studio: CHF 2390.-
- Richtpreis pro Person im Doppelzimmer Suite: CHF 2500.-
- Richtpreis pro Person im Einzelzimmer Studio: CHF 2680.-
- Richtpreis pro Person im Einzelzimmer Suite: CHF 2790.-

Hinweise

Gruppenzusammensetzung und Gruppengrösse

Internationale Gruppe, Teilnehmer*innen aus Deutschland, Österreich und der Schweiz. Treffpunkt auf Madeira.

Die maximale Teilnehmerzahl im Yoga beträgt 10 Personen, während den Wanderungen besteht die Gruppe aus maximal 16 Personen (zusammen mit den anderen Wandergästen der Quinta).

Yogalehrerin und Wanderführerin

Diese Reise wird von der Österreicherin [Christa Dornfeld](#) und ihren Mitarbeiter*innen geleitet, welche vor Ort auf Madeira leben.

Anforderungen Yoga und Wandern

Diese Yoga- und Wanderreise eignet sich für Yoga-Anfänger*innen sowie Fortgeschrittene. Die Intensivität der Übungen wird individuell auf die Bedürfnisse der Gruppe angepasst. Die Yogaeinheiten finden im Yogaraum in der Unterkunft und in der freien Natur statt. Die Wanderungen können mit einem durchschnittlichen Fitnesslevel gut bewältigt werden.

Zusätzliche Abendessen / Santa Cruz / Lunchpaket

Es können zwei weitere Abendessen vor Ort bei der Quinta gebucht und bezahlt werden. Das Städtchen Santa Cruz mit seinen Restaurants ist in ca. 10 Minuten mit dem Taxi erreichbar. Das Mittagessen können Sie sich selber jeweils unkompliziert vom Frühstückbuffet zusammenstellen.

Verlängerung

Auf Anfrage kann der Aufenthalt in der Quinta individuell verlängert werden. Bei einer Verlängerung empfehlen wir Ihnen einen Mietwagen (Vermietung über die Quinta möglich).

