



AKTIVE AUSZEIT MIT BLICK AUF DIE BUCHT VON ADRASAN

Ort: Türkei
Reisedauer: 8 Tage
Teilnehmerzahl: 1 - 25
Schwierigkeit: Mittel
Reiseart: , Individualreise

Genießen Sie atemberaubende Ausblicke auf die ursprüngliche Bucht von Adrasan und verbringen Sie im Seminarhaus Lykia Ihren Yoga-Urlaub an einem der magischsten Orte der Türkei! Lassen Sie den Alltag hinter sich und entspannen Sie mithilfe eines wohltuenden und abwechslungsreichen Programms aus Yoga, Meditation, Wanderungen und vielem mehr! Umgeben von bewaldeten Hügeln, an einem Hang gelegen, bietet die weitläufige Anlage des Gäste- und Seminarhauses Lykia einen Platz der Ruhe und bringt Ihnen die authentische und faszinierende Türkei nahe. Im Haupthaus des Lykia werden Sie mit einer besonderen Atmosphäre empfangen. Ein offener Kamin und die gemütlichen Sofas laden direkt zum Ankommen ein. Dies wird durch die vielen verschiedenen Rückzugsmöglichkeiten in der gesamten Anlage noch verstärkt. Viel Ruhe und Freiraum finden Sie in einer der türkischen Sitzecken, auch Köşk genannt, oder in einer der vielen Hängematten. Hier ist für jeden das richtige Plätzchen dabei. Lauschen Sie dem Wind, während Sie Ihren

Blick auf das Meer schweifen lassen. Eingerahmt von Bergen und Meer vermittelt das Seminarhaus ein besonderes Gefühl der Geborgenheit. Der hauseigene Pool bietet eine willkommene Erfrischung und auf Wunsch können Sie eine ganzheitliche Massage hinzubuchen. Nachhaltigkeit hat im Seminarhaus eine große Bedeutung. So wird die Wasserversorgung der Anlage zentral über Solarenergie versorgt. Außerdem gibt es ein eigenes Abwassersystem mit einer Bio-Kläranlage und eine Recycling-Station zur umweltverträglichen Müllentsorgung. Mittlerweile gibt es sogar ein eigenes Gewächshaus, in dem ein Großteil des Gemüses selber angebaut wird. Achtsames Yogaprogramm für Körper und Geist Das offene und vielfältige Yogaprogramm bietet eine aktive Auszeit für Ihren Körper und Geist. Fließende, sanfte und vor allem achtsame Yoga-Einheiten stehen hier im Mittelpunkt. Das Yoga-Programm findet entweder auf Deutsch oder auf Englisch statt. Je nach Jahreszeit finden diese Einheiten morgens oder nachmittags statt. Außerdem werden bilinguale Meditationseinheiten (Deutsch und Englisch) angeboten, die in einem der schönen Seminarräume stattfinden. Die zwei großen Yoga-Hallen sind in den kühleren Jahreszeiten beheizbar. Somit können Sie das ganze Jahr über sinnliche Einheiten genießen. Ebenfalls gibt es eine Übungs-Plattform im Freien, die im Schutz der Bäume liegt und so einen wunderbaren Ort bietet, den wohltuenden Übungen im Einklang mit der Natur nachzugehen. Auf Wunsch können auch Verlängerungstage im Seminarhaus angeboten werden.

##Besondere Angebote Parallel zur Aktiven Auszeit können Sie das Seminarhaus Lykia auch ganz individuell ohne Programm buchen. Sie können die Zeit also nutzen um die Lykische Küste auf eigene Faust zu erkunden. Ausflüge und Massagen können vor Ort hinzugebucht werden. Sprechen Sie uns bei Interesse gerne an! ##Lage & Umgebung Adrasan - unberührte Bucht abseits vom Massentourismus Durch die geschützte Lage der Adrasan Bucht, ist das Baden hier fast ganzjährig möglich. Der Strand, (halb Kies, halb Sand) und tiefblaues, kristallklares Wasser erwarten Sie. Der Strand ist in 20 Minuten fußläufig zu erreichen, hier finden Sie landestypische Lokale und Läden. Alternativ werden außer sonntags täglich Strandtransfers angeboten. Der beschauliche Ort Adrasan, auch Cavusköy genannt, bietet die Möglichkeit die ursprüngliche Türkei kennenzulernen. Nur ein paar Autominuten entfernt, liegt die antike Stätte Olympos, die Sie mit imposanten Bauten erwartet. Begeben Sie sich auf die Reise und entdecken Sie alte Kultur zum Greifen nah. Auf einer etwa dreistündigen Wanderung haben Sie die Möglichkeit die Umgebung kennenzulernen und die Natur mit all ihren Düften und ihrer Schönheit wahrzunehmen. Sollte es im Sommer zu heiß für diese Wanderung sein, wird alternativ eine Sonnenaufgangsmeditation am Strand angeboten, bei der Sie die Ruhe der Natur und das Rauschen der Wellen genießen können. Sie wünschen etwas Ruhe und Zeit für sich? Hierfür bietet sich ein individueller Besuch im Paradies Café an, der Name ist Programm! ##Wohnen Die ebenerdigen Holzbungalows sind über die gesamte Anlage verteilt. Insgesamt gibt es 33 geräumige und gut ausgestattete Zimmer. Alle Zimmer verfügen über eine kleine Terrasse, ein eigenes Bad mit Dusche/WC und eine Klimaanlage, über die auch geheizt werden kann. An den Fenstern befinden sich Fliegengitter. In den Zimmern ist Rauchen nicht gestattet, es gibt oberhalb des Gartens eine gemütliche und überdachte Raucherercke. Im Haupthaus, in dem sich auch die Rezeption und das Restaurant befinden, steht Ihnen kostenloses WLAN und ein PC zur Verfügung. Poolhandtücher und Haartrockner können ebenfalls im Seminarhaus ausgeliehen werden. Die Zimmer sind bewusst schlicht gehalten und so konzipiert, dass Sie frei von elektromagnetischer Strahlung schlafen können. ##Genießen Die mediterrane türkische Küche erwartet Sie mit vielen leckeren Köstlichkeiten. Das Seminarhaus bietet Ihnen eine vegetarische und vegane Vollpension, die einmal pro Woche samstags durch Fisch- oder Fleischgerichte ergänzt wird. Morgens und abends wartet jeweils ein reichhaltiges Buffet auf Sie. Mittags bietet das Lykia ebenfalls ein reichhaltiges Buffet bestehend aus Salaten, einigen kleinen Vorspeisen und einer warmen Hauptmahlzeit. Zur Stärkung werden frisches Quellwasser, Tee, türkischer Çay, Ingwerwasser und Kräuter für den Tee sowie Obst und Süßspeisen ganztägig zur Verfügung gestellt. Die Mahlzeiten sind alle hausgemacht, Brot und Gebäck wird frisch gebacken. Auch auf Lebensmittelunverträglichkeiten wird gerne eingegangen. ##Anreisen Sie fliegen bis nach Antalya, welches sich ca. 90 km östlich von Adrasan befindet. Gerne sind wir Ihnen bei der Suche nach einem passenden Flug ab Ihrem gewünschten Abflughafen behilflich. Am Sonntag stehen Ihnen jeweils fünf kostenlose Transfers zu festgesetzten Zeiten zur Verfügung. ##Aktuelle Angebote Für alle, die 2019 gleich zweimal Ihren Urlaub im Seminarhaus Lykia verbringen, wird ein Rabatt von 10 % auf den zweiten Urlaub angerechnet. Frühbucherrabatt: Bei Buchung einer Reise für 2020 erhalten Sie bis zum 31.03.2020 einen Preisnachlass von 5 %! Die Wasserversorgung der Anlage wird zentral über Solarenergie versorgt. Es gibt ein Abwassersystem mit einer Bio-Kläranlage und eine Recycling-Station zur umweltverträglichen Müllentsorgung. Erleben Sie eine sehr ursprüngliche Region in der Türkei und lassen Sie sich im Seminarhaus Lykia verwöhnen. Die Nähe zum Strand und das angebotene Programm aus Yoga und Meditation lassen Sie zur Ruhe kommen.

Inklusivleistungen

- Flughafentransfer im PKW oder Kleinbus ab/bis Antalya (sonntags je fünfmal pro Tag)
- 7 Übernachtungen im geteilten Doppelzimmer mit eigener Dusche/WC, vorbehaltlich Gegenbuchung
- Vegetarische, vegane Vollpension (F, M, A), zusätzlich tagsüber Quellwasser, Kräutertees, türkischer Çay, Ingwerwasser, frisches Obst, Kuchen und Süßspeisen
- 5x 120 Minuten Yoga-Programm (für Einsteiger & Fortgeschrittene geeignet) 5x pro Woche 30 Minuten Meditation 2x meditatives oder aktives Abendprogramm à 45 Minuten Täglich Strandtransfers (außer am An- und Abreisetag) Ausflug nach Olympos mit Besuch der antiken Stätte Halbtägige Wanderung (ca. 3 Stunden) oder Sonnenaufgangsmeditation am Strand (je nach Saison) Traditionelles türkisches Gözleme Essen Begrüßungstreffen Abschieds-Grillabend Gästebetreuung durch das Lykia Team NEUE WEGE Informationsmaterial Atmosfair-Beitrag (100%ige Co2-Kompensation Ihres Fluges)
- Leistungen in den Lykia Light Wochen:
 - Flughafentransfer im PKW oder Kleinbus ab/bis Antalya (sonntags je fünfmal pro Tag) 7 Übernachtungen im geteilten Doppelzimmer mit eigener Dusche/WC vorbehaltlich Gegenbuchung Vegetarische, vegane Vollpension, zusätzlich tagsüber Quellwasser, Kräutertees, türkischer Çay, Ingwerwasser, frisches Obst, Kuchen und Süßspeisen an 5 Tagen der Wochen 90 Minuten Yoga Stretch & Relax an 5 Tagen der Woche jeweils 30 Minuten Meditation oder Yoga-Nidra Abschieds-Grillabend Begrüßungstreffen NEUE WEGE Informationsmaterial
- Leistungen in den "Nur da sein"-Wochen:
 - Flughafentransfer im PKW oder Kleinbus ab/bis Antalya (sonntags je fünfmal pro Tag) 7 Übernachtungen im geteilten Doppelzimmer mit eigener Dusche/WC vorbehaltlich Gegenbuchung Vegetarische, vegane Vollpension, zusätzlich tagsüber Quellwasser, Kräutertees, türkischer Çay, Ingwerwasser, frisches Obst, Kuchen und Süßspeisen Einmal traditionelles türkisches Gözleme-Essen Abschieds-Grillabend NEUE WEGE Informationsmaterial

Zusatzleistungen

60€
120€
auf Anfrage
auf Anfrage

Termin	Preis
14.11.2021 – 21.11.2021	735€
— Kontaktiere uns	

Leistungen

- Flughafentransfer im PKW oder Kleinbus ab/bis Antalya (sonntags je fünfmal pro Tag)
- 7 Übernachtungen im geteilten Doppelzimmer mit eigener Dusche/WC, vorbehaltlich Gegenbuchung
- Vegetarische, vegane Vollpension (F, M, A), zusätzlich tagsüber Quellwasser, Kräutertees, türkischer Çay, Ingwerwasser, frisches Obst, Kuchen und Süßspeisen
- 5x 120 Minuten Yoga-Programm (für Einsteiger & Fortgeschrittene geeignet) 5x pro Woche 30 Minuten Meditation 2x meditatives oder aktives Abendprogramm à 45 Minuten Täglich Strandtransfers (außer am An- und Abreisetag) Ausflug nach Olympos mit Besuch der antiken Stätte Halbtägige Wanderung (ca. 3 Stunden) oder Sonnenaufgangsmeditation am Strand (je nach Saison) Traditionelles türkisches Gözleme Essen Begrüßungstreffen Abschieds-Grillabend Gästebetreuung durch das Lykia Team NEUE WEGE Informationsmaterial Atmosfair-Beitrag (100%ige Co2-Kompensation Ihres Fluges)
- Leistungen in den Lykia Light Wochen:

-
- Flughafentransfer im PKW oder Kleinbus ab/bis Antalya (sonntags je fünfmal pro Tag) 7 Übernachtungen im geteilten Doppelzimmer mit eigener Dusche/WC vorbehaltlich Gegenbuchung Vegetarische, vegane Vollpension, zusätzlich tagsüber Quellwasser, Kräutertees, türkischer Çay, Ingwerwasser, frisches Obst, Kuchen und Süßspeisen an 5 Tagen der Woche 90 Minuten Yoga Stretch & Relax an 5 Tagen der Woche jeweils 30 Minuten Meditation oder Yoga-Nidra Abschieds-Grillabend Begrüßungstreffen NEUE WEGE Informationsmaterial
 - Leistungen in den "Nur da sein"-Wochen:
 - Flughafentransfer im PKW oder Kleinbus ab/bis Antalya (sonntags je fünfmal pro Tag) 7 Übernachtungen im geteilten Doppelzimmer mit eigener Dusche/WC vorbehaltlich Gegenbuchung Vegetarische, vegane Vollpension, zusätzlich tagsüber Quellwasser, Kräutertees, türkischer Çay, Ingwerwasser, frisches Obst, Kuchen und Süßspeisen Einmal traditionelles türkisches Gözleme-Essen Abschieds-Grillabend NEUE WEGE Informationsmaterial

Keine Leistungen

- Tourismus-Abgabe der Türkei von 1% des Hotelpreises vor Ort zu zahlen (zwischen 5,80 Euro bis 8,90 Euro / Woche)

Zusatzinfos

- Yoga und aktive Entspannung
- Persönliche Auszeit mit Meditation
- Weiter Blick auf die Bucht von Adrasan

Kontakten

uTime UG (haftungsbeschränkt)
Louisenstraße 81, 01099 Dresden, Deutschland

Tel: 0351 27558796

Mobil: 0157 54547301

[Facebook](#) [Twitter](#) [Youtube](#)

Anfrage

Beginn

Ende

Teilnehmer

Kinder

Ihre Bemerkung zur Anfrage

Ich akzeptiere die [Datenschutzerklärung](#) der uTime UG (haftungsbeschränkt)
Bitte beachten Sie unsere [Datenschutzerklärung](#) , in der wir Sie über Art, Umfang und Zweck der Datenerhebung und -verwendung sowie Ihr Widerspruchsrecht informieren.

Ich akzeptiere [die allgemeinen Geschäftsbedingungen](#)