

Schottland / Großbritannien



Wandern & Meditation in den Highlands



Wanderreise in Schottland

8 Tage (ohne Anreise)

☀ **Selbsterfahrungsreise in den ursprünglichen Highlands**

☀ **Wanderungen durch eine einzigartige Naturlandschaft**

☀ **Von alten europäischen Naturvölkern lernen**

Termin und Reisepreis (pro Person im DZ)

08.08. - 15.08.2020

1.750 €

Einzelzimmer-Zuschlag: 150 €

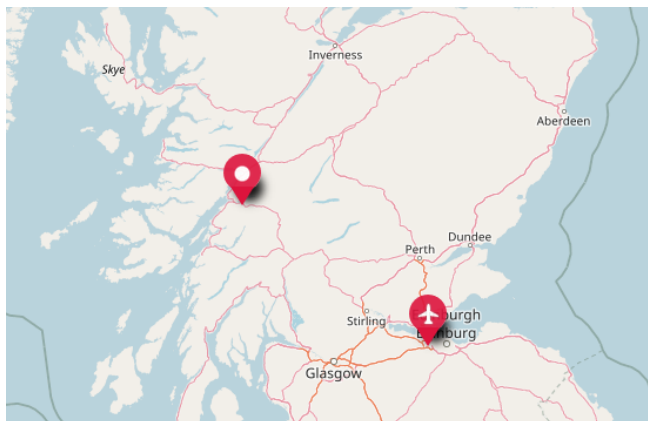
Aufpreis Doppelzimmer als Einzelzimmer: 280 €

Gruppengröße: 5-8 Personen

Anforderung an die Kondition: Mittel

Im Reisepreis enthalten

- 7 Übernachtungen in einem ehemaligen Bischofssitz (vergleichbar 3-Sterne-Standard) im Weiler Ballachulish in Glencoe (schottische Highlands)
- Halbpension mit schottischem oder kontinentalem Frühstück, abends 3-Gänge-Wahl-Menü mit vegetarischer Option
- Transfers Flughafen Edinburgh – Unterkunft und zurück per Minibus durch den Reiseleiter
- Sämtliche Anfahrten zu den Programmtagen per Minibus durch den Reiseleiter
- Wander- und Ausflugsprogramm wie beschrieben
- Fährfahrt auf die Insel Kerrera
- Reiseleitung und Durchführung aller Rituale durch den erfahrenen Reiseleiter, Therapeuten und Erlebnispädagogen Tim Pagalies
- CO2-Kompensationsbeitrag der Fluganreise mit Atmosfair



Karte hergestellt aus OpenStreetMap-Daten/ Lizenz: Open Database License (ODbL)/
Courtesy of OpenStreetMap.de

Was erscheint mir schnell als unüberwindbares Hindernis? Womit begrenze ich mich selbst? Was traue ich mir zu und was nicht? – Wer sich aufmacht die Berge Schottlands zu erklimmen, kann es auch schaffen, Hürden im eigenen Leben zu überwinden. Die Kulisse der kraftvollen Natur am Ben Nevis, im Glencoe oder in Gairloch inspiriert und gibt Kraft dazu. Meditationen mit dem kundigen Körpertherapeuten, der uns führt, tun ihr übriges.



Reisebeschreibung

Wir verbinden das Wandern in einer der schönsten Landschaften Europas, den schottischen Highlands mit Meditationen und Entspannungsübungen, die Sie die entspannende Wirkung der Natur bewusster und intensiver erleben lassen. Wir kommen an Orte, an denen die Pikten und Kelten schon vor über 2000 Jahren die Heilkräfte der Natur nutzten. Bis heute sind weite Regionen Schottlands von Straßen unerschlossen, so dass sich in vielen Glens eine sehr ursprüngliche, kraftvolle Natur erhalten hat, zu der das wechselhafte Wetter gut passt. Unser Reiseleiter, seines Zeichens Erlebnispädagoge, Körpertherapeut und Gesundheitspraktiker, hat sich über Jahre mit Ritualen und Heilverfahren vieler Naturvölker beschäftigt. Für diese Reise hat er darauf basierend Methoden und Übungen entwickelt, die er in Verbindung mit den Orten bringt, an die Sie kommen, und Ihnen unter Anleitung zum Ausprobieren anbietet. Sie fördern die Besinnung auf die Natur und bewirken, dass Sie leichter entspannen und innerlich zur Ruhe kommen.

Reiseablauf (Änderungen vorbehalten)

1. Tag: Anreise nach Schottland

Individuelle Anreise zum Flughafen Edinburgh bis 13:00 Uhr (nicht im Reisepreis enthalten). Empfang durch den Reiseleiter und Fahrt im vom Reiseleiter gefahrenen Minibus zur Unterkunft in der Region Glencoe.

2. Tag: Ankommen und Geschwindigkeiten

Das Tal Glencoe ist Sinnbild der Schönheit der Highlands, in vielen Filmen verewigt. Wir wandern die „Devil's Staircase“, einen gut zu gehenden Serpentinweg, Teil des West Highland Way über den alten Passweg von Glencoe in das Tal des Loch Leven. Das Panorama auf Passhöhe ist atemberaubend: Die Berge wirken deutlich höher als sie sind, menschliche Siedlungen sind rar, tief eingeschnitten in die schroffen Berge liegen die Lochs. Um bewusst in dieser weiten, einzigartigen Landschaft anzukommen, widmen wir uns dem Thema „Geschwindigkeiten“, die wir annehmen und leben. Jeder kann sich sein aktuelles Tempo anschauen und ausprobieren, ob andere Geschwindigkeiten angenehmer sind, ob das z.B. Einfluss auf den Wechsel der Gedanken hat. Unser Reiseleiter bietet Ihnen eine Meditationsübung an zum Ausblenden von Gedanken, zur Konzentration auf den Augenblick wie das Bewegen in der Natur. (11 km, +/- 350 m, GZ 4,5 Std.)

3. Tag: Bergenergien

Der König der Berge Großbritanniens, der Ben Nevis, thront imposant über den zentralen Highlands. Wir wandern durch das tief in das Massiv eingeschnittene Flusstal Glen Nevis. Im Glauben vieler Naturvölker haben Berge eine besondere Energie, die sich positiv auf das Wohlbefinden auswirkt. Finden Sie mithilfe einer Meditationsübung heraus, welche Ausstrahlung der Ben Nevis hat oder genießen Sie einfach die wilde, schöne Gebirgsszenerie. (12 km, +/- 100 m, GZ 3,5 - 4 Std.)

4. Tag: Die innere Reinigung

Wir steigen langsam die waldreichen Hänge über Kinlochleven und dem Loch Leven entlang des bekannten West Highland Ways hinauf. Die Aussicht auf das silberne Band des Loch Leven reicht schließlich bis zur Mündung des Loch Linnhe in den Atlantik. Auf wenig bekannten Pfaden kommen wir durch tief eingeschnittene Bachtäler, bald zum Loch Eilde Mor (Gälisch - Großer See der Hirschkuh), wo Sie zunächst erfahren, welche besondere Bedeutung Wasser für die Kelten hatte. Unser Reiseleiter bietet Ihnen an, eine weitere Entspannungsmöglichkeit kennenzulernen - ein Wasserritual, das die Reinigung von Geist und Herz symbolisiert. (14 km, +/- 450 m, GZ 4,5 - 5 Std.)

5. Tag: Tag zur freien Verfügung

Der heutige Tag zur eigenen Gestaltung bietet sich an, die bisherigen Themen und Erfahrungen in Ruhe zu verarbeiten. Alternativ bietet sich ein Tagesausflug nach Fort William und eine Bootsfahrt

über Loch Linnhe und Lochaber an (90 Min., ca. 15 €/, von Fort William). Oder aber Sie wandern auf eigene Faust im Hochtal des Loch Leven. Sie können auch eine Fahrt mit dem Jacobite Train, weltberühmt aus Harry Potter, machen (Vorbestellung über uns sehr ratsam). Ihr Reiseleiter steht Ihnen mit Tipps und Organisationshilfe für den Tag zur Verfügung.

6. Tag: Die Kraft der Stille

Die schöne Silhouette der malerischen Hafenstadt Oban sowie die der Inneren Hebriden und der Highlands genießen wir auf der Fährfahrt zur kleinen Insel Kerrera, die schon in vorchristlicher Zeit besiedelt war. Wir beginnen mit einer Meditation, um uns auf die Natur und das innere Erleben zu fokussieren, weil wir anschließend den größten Abschnitt des Rundweges über die Insel in Stille gehen. Am wie verzauberten Gylen Castle, einer durchaus romantisch wirkenden Burgruine aus dem 16. Jahrhundert, lösen wir die Stille auf. (10 km, +- 220 m, GZ 3,5 - 4 Std.)

7. Tag: Meine Vision und mein Potential

Am Eingang des Tals ragt wie ein dreieckiger, schützender Schild der Pap of Glencoe auf, „die Brust von Glen Coe“. Beim Hinaufgehen beschäftigen wir uns mit den eigenen „inneren Bergen“. Was erscheint mir schnell als unüberwindbares Hindernis? Womit begrenze ich mich selbst? Was traue ich mir zu und was nicht? Der Gipfel belohnt uns mit einem unvergesslichen Panoramablick auf Glencoe, die Mündung Loch Linnhes, Loch Leven mit dem Hochtal darüber und die umliegenden Highlands. (9, 5 km, +- 750 m, GZ 5-6 Std.)

8. Tag: Abreise

Transferfahrt zum Edinburgh Airport (Ankunft ca. 12:30 Uhr) und individuelle Rückreise nach Deutschland.

Unterkunft und Verpflegung

Wir wohnen in Glencoe im hübschen Weiler Ballachulish an der Mündung vom Loch Leven zum Loch Linnhe. Unsere Unterkunft ist ein ehemaliger Bischofssitz mit tollen Ausblicken auf Loch Leven und die dramatische Bergkulisse dahinter. Das Haus bietet einen Standard vergleichbar mit 3 Sternen und verfügt über ein Schwimmbad. Alle Zimmer haben eigene Dusche/WC.

Verpflegung: Halbpension in der Unterkunft mit schottischem oder kontinentalem Frühstück, abends 3-Gänge-Wahl-Menü mit vegetarischer Option.

Reiseleitung

Tim Pagalies

Tim Pagalies ist Sozial-, Theater- und Erlebnispädagoge und seit einigen Jahren auch als Reiseleiter tätig. Dabei bringt er seine Wanderleidenschaft ebenso ein wie seine energie- und körpertherapeutischen Erfahrungen, die er mit dem bewussten Erleben der Natur und der natürlichen Kräfte und Energien verbindet. Die Natur „zeigt uns, wer wir wirklich sind und was uns in diesem Leben bewegt und begleitet“.

Anforderungen an die Kondition: **Mittel**

7 Wanderungen von 9 bis 14 km Streckenlänge und 100 bis 750 Höhenmetern aufwärts und abwärts mit Gehzeiten von 3,5 bis 6 Stunden. Bei Nässe kann es rutschige Wegstrecken geben.



Nicht im Reisepreis enthalten

- An- und Abreise zum/vom Flughafen Edinburgh (optional zubuchbar)
- Mittagessen
- Aktivitäten am Tag zur freien Verfügung und außerhalb des ausgeschriebenen Programms

Anreise

Nicht im Reisepreis enthalten. Start und Ende der Reise am Flughafen Edinburgh

Abfahrt am Anreisetag vom Flughafen Edinburgh um ca. 13:30 Uhr. Rückkehr am Abreisetag gegen 12:30 Uhr, Flugbuchung in Eigenregie oder Vermittlung durch Lupe Reisen.

Kompensation der CO2-Emissionen Ihres Fluges

Ein atmosfair-Beitrag zum 100%igen Ausgleich der CO2-Emissionen Ihrer Fluganreise ist im Reisepreis enthalten.

www.atmosfair.com

Teilnahme-Voraussetzung

Diese Reise ist für Menschen mit Behinderung oder mit eingeschränkter Mobilität nicht geeignet.

Vertragsbedingungen

Letzte Rücktrittsmöglichkeit des Veranstalters bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl: 21 Tage vor Reisebeginn.

Anzahlungshöhe: 20% des Reisepreises. Restzahlung fällig: 21 Tage vor Reisebeginn.

Veranstalter

Lupe Reisen