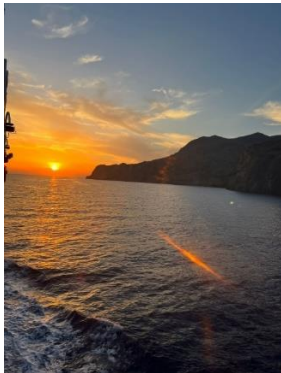


## Entspanne mit Hanne im Herbst 2023 vom 4.10. bis 11.10.2023



Reisedetails: Eigene Anreise, bei Problemen bei der Flugbuchung bin ich behilflich. 7 Tage Aufenthalt im schönsten Ort Kretas. Paleochora ist eine kleine Hafenstadt an der Südküste Kretas. Mit ihren vielen Restaurants, Tavernen und Geschäften, deren Struktur sich in den letzten Jahrzehnten kaum verändert hat, lässt sich die typisch kretische Lebensart genießen.



Hoteltransfer von und zum Flughafen Chania/Souda (das gilt nur für den 7-Tage Zeitraum des Kurses und nicht bei vorzeitiger Anreise oder späterer Rückreise) ist inkludiert. Ebenso das Wohnen in den Hotels Anthea oder Lito mit Einzel- oder Doppelzimmerbelegung.



Bus- und Schiffsfahrkarten sowie Eintrittskarten sind bei Teilnahme an der Wanderung im Preis enthalten. Außerdem ist ein Ausflug in ein Bergdorf mit einem Besuch eines originellen Restaurants in einer uralten Schule vorgesehen.

Mahlzeiten sind dem jeweiligen persönlichen Geschmack überlassen. Das Frühstück kann man im Hotelzimmer selbst herrichten, im Hotel-Garten oder -Balkon einnehmen oder in einem der zahlreichen Tavernen im Ort oder am Strand für einen überraschend moderaten Preis bekommen. Letzteres gilt auch für Mittag- und Abendessen, selbst dann, wenn nicht griechisches bzw. auch vegetarisches Essen bestellt wird.



Kurse an 6 Tagen unter der Leitung der diplomierten Pilates- und Entspannungstrainerin Hanne Höppner:

Morgens Pilates 1,5 Stunden ab ca. 10.30 Uhr in dem sehr idyllisch am Strand gelegenen Kursraum „Pearl Cavo“,

abends Qi Gong eine halbe Stunde ab 19.00 Uhr am Strand.



**Preise pro Person ohne Kurs: 600 €, mit Kursgebühr 750 €.**

Kontakt: Hanne Höppner und Georg Becker 44805 Bochum, Am Gysenberg 22d, 01573/9270514, 0234/862361, Email [hoepfnerbecker@arcor.de](mailto:hoepfnerbecker@arcor.de)

Reservierungen bitte per Email, Anzahlung von 100 € p.P., Restzahlung bis zum 01.09.2023, die maximale Teilnehmerzahl für die Kurse sind 10 Personen, insgesamt maximal 14 Personen! Die Bankverbindung erhaltet Ihr mit der Bestätigungsemail

Sandstrand in direkter Nähe des Hotels, Steinstrand etwa 10 min zu Fuß, Anidri-Strand mit kleinem Kies ca. eine Stunde zu Fuß, an allen Stränden sind Strandrestaurants für das leibliche Wohl vorhanden.

Weiterhin ist die Teilnahme an 2 geführten Wanderungen möglich. Je nach Wetterlage wandern wir um oder ab Sougia oder Azoghires. Die Wanderung am vorletzten Tag durch die Anidri-Schlucht beginnt und endet am Hotel und dauert ca. 3 - 4 Stunden.