

ADRASAN | TÜRKEI - grünes paradies "zwischen den inseln"



- wanderwochen am lykischen weg
- kultur & meer

- ein ort für die besinnung auf das wesentliche
- ein ort der heiteren gelassenheit, entspannung & offenheit
- ein ort der ruhe, wo sinne sich entfalten & die alltagshektik zurückbleibt.
- ein ort für sich selbst & die begegnung mit anderen menschen

ein reiseangebot der partnerfirma
von andersreisen - kreativ

zwischen luft & wasser

sonder-programme des adrasan - teams

die wanderwochen

an der türkischen mittelmeeerküste eröffnen eine neue ebene der sinnlichen wahrnehmung.



sie wandern am und auf dem lykischen weg, den schon die händler der antike als karawanenstrasse benutzt haben. er führt direkt durch adrasan und gilt als einer der schönsten fernwanderwege der welt. auf drei leichten bis mittleren touren mit je 3 bis 5 stunden reiner wanderzeit erkunden sie die umgebung. nehmen sie die kraftvolle natur in einer art und weise wahr, wie sie es bis dahin wohl noch nicht getan haben.

der **lykische weg** ist ein weitwanderung in der türkei. er verläuft über 509 km von fethiye nach antalya, grösstenteils vorbei an der küste des antiken lykien. **lykien** ist die antike griechische bezeichnung einer landschaft im südwesten kleinasiens. die landschaft ist teilweise sehr rau und zerklüftet mit gipfeln bis über 3000 metern. die wichtigsten zentren sind das schon in der ilias

**hier ist
der gast
nicht
könig,
sondern
freund**

erwähnte xanthos als hauptort. patara, die zentralstadt des lykischen bundes und sitz der provinzialregierung in römischer zeit. patara auch berühmt wegen des orakels des apollon, das in der frühzeit im wettstreit mit delphi lag. schliesslich myra mit seinen berühmten felsgräbern. die lykier waren ein volk mit eigener kultur, eigener schrift und eigener sprache. eine besonderheit lykiens sind die sogenannten ortspaare, ein dort häufig anzutreffendes siedlungsmuster. dabei wird einem hafenort an der mittelmeerküste ein entsprechender ort in den bergen zugeordnet.

reiseleitung: katarina ter hell

die übersetzerin lebt seit 2002 in adrasan am lykischen weg, wo sie alle pfade der berghänge kennt. auf ihren touren gibt sie mit viel begeisterung informationen über land und leute, kultur und natur



ihrer wahlheimat an sie weiter.

qualifizierte tourguides

die tourguides, mit denen das seminar center adrasan vor ort zusammenarbeitet, sind gut ausgebildet und verfügen über viel erfahrung. sie werden ihnen in deutscher sprache die einzigartigkeit der region näher bringen und je nach tour viel über die eindrucksvolle natur, spannende geschichte, interessante kultur und die heute noch lebendigen bräuchen erzählen.



kultur & meer

diese reise ist ein ganz besonderes angebot für alle, die sich für kultur in ihrer ursprünglichkeit begeistern. erleben sie eine wunderschöne bootstour entlang der lykischen küste zu der antiken stätte olympos

und eine herrliche fahrt zur vergangenheitsträchtigen stätte phaselis mit picknick und baden in herrlichen buchten, wo historische ruinen in malerischer landschaft verzaubern. das highlight der woche ist eine tour nach aspendos, dem am besten erhaltenen römischen theater der welt. besuchen sie hier eine der faszinierenden vorstellungen im historischen ambiente im rahmen des internationalen opern und ballett festivals 2010.

reiseleitung: ulrike post und tourguides

ulrike post ist seit 18 jahren trainerin, coach und seminarleiterin. sie liebt den umgang mit menschen sowie deren unerschöpfliches potenzial, das leben und das lachen. in der türkei gibt sie die freude am kontakt mit menschen und fremden kulturen an sie weiter.



anders reisen

-
andersreisen!

geschichte lykiens

in der ilias tauchen die lykier unter der führerschaft ihrer heroen sarpedon und glaukos als verbündete der trojaner auf. auch unter persischer, griechischer & römischer vorherrschaft blieben sie relativ eigenständig. um 330 war der heilige nikolaus, ein mann aus patara, der bischof von myra, dessen namenstag am 6. dezember gefeiert wird. wegen der ausgeprägten, steilen küstenlandschaft wurde er unter anderem patron der seefahrer. seine gebeine wurden im mittelalter von myra nach bari gebracht, wo sie sich noch heute befinden.

adrasan - traumhafte lage an einer den schönsten buchten der türkei

„adrasan“ bedeutet „zwischen den inseln“ und in der tat blicken Sie weit über das tiefblaue mittelmeer, wenn Sie von der wunderschönen lage am hang hinab richtung bucht schauen. die üppige vegetation bietet Ihnen ein faszinierendes farbenspiel für die sinne und macht es Ihnen leicht den alltag hinter sich zu lassen und zu entspannen. nur zwei kilometer sind es zum strand, wo Sie in dem glasklaren wasser am sandstrand baden (transferservice). hier, an der südküste der türkei, können Sie sich schon im frühjahr an warmen sonnenstrahlen und an den düften der natur erfreuen: lilien, orchideen, anemonen, oleander, orangen und zitronen wachsen in hülle und fülle und verströmen ihren lieblichen duft. ziegenhirten ziehen mit ihren herden durch die landschaft, die sich im norden bis zu dem wildromantischen taurusgebirge erstreckt – eine wunderbare kulisse für Ihren urlaub. erleben Sie hier die türkei in all ihrer ursprünglichkeit und vielfalt.

die antiken städte des lylykischen bundes *limyra* und *arykanda* liegen in der



nähe und die nächst grössere stadt **kumluca** ist in einer halben stunde autofahrt zu erreichen. nach **kemer** benötigen sie 40 minuten und nach **antalya** ca. eine stunde.

ein haus mit herz und flair

in dem liebevoll aufgebauten zentrum werden Sie sich vom ersten moment an zu hause fühlen: die initiatorin ulrike post legt viel wert darauf, dass jeder gast dort abgeholt wird, wo er steht, und so sein darf, wie er ist. der mensch und sein unerschöpfliches potential, seine würde und entfaltung stehen bei ihr im mittelpunkt. ulrike, Ihr partner ismail gürkan güngör und bettina leiten das zentrum gemeinsam. Sie vermitteln Ihnen auf charmante art und weise die kulturellen facetten des landes.

ein heller seminarraum mit holzboden ist der ideale ort, um yoga und qigong zu üben, zu meditieren oder leidenschaftlich zu tanzen. zwischendurch können Sie sich in dem grossen pool erfrischen, einen tee auf der dachterrasse trinken oder einfach die blumen im garten betrachten. wenn Sie sich dann noch eine massage gönnen, werden Sie auf den wogen wohliger entspannung gleiten ...

unterkunft

Sie wohnen in 30 hellen, türkisch-osmanisch gestalteten zimmern, die warm & ansprechend eingerichtet sind & selbstverständlich absolut sauber & gepflegt sind. die schlichten möbel sind aus natürlichen materialien gefertigt & geben den zimmern den speziellen charakter. jedes ist mit klimaanlage zum kühlen/heizen ausgestattet & hat ein gefliestes, hochwertiges bad mit wc/dusche. immer 2 zimmer sind zusammen in einem urigen holzhaus untergebracht & können wahlweise als doppelzimmer oder einzelzimmer genutzt werden. da alle zimmer ebenerdig sind, hat jedes eine eigene terrasse & herrliche aussicht auf das grosszügige gelände mit wunderbarer vegetation. manche haben meerbuchtblick. auf fernseher, telefon,



intensive ferien- erlebnisse

& internetanschluss in den zimmern haben wir bewusst verzichtet. in der rezeption haben Sie jedoch zugang zum pc mit internetzugang & selbstverständlich können Sie das haustelefon benutzen & sich auch anrufen lassen

verpflegung

naturbelassen, sonnengereift und über kurze wege auf den tisch – nach diesem prinzip wählt das team des adrasan centers die lebensmittel aus. mit viel liebe gekocht, schmecken die orientalischen, türkischen und mediterranen spezialitäten besonders gut. morgens und abends geniessen Sie ein reichhaltiges vegetarisches buffet. tagsüber stehen frisches obst und ein salat bereit, um den kleinen hunger zwischendurch zu stillen. wenn Sie durstig sind, greifen Sie einfach bei chai und kräutertees zu oder erfrischen sich



mit quellwasser aus den bergen.

anreise

adrasan liegt 80 km südwestlich von antalya. Sie erreichen antalya bequem mit linien- und chartergesellschaften von allen grossen deutschen flughäfen aus; gerne machen wir Ihnen ein angebot. am flughafen holt Sie der transferservice des centers ab (3-mal pro an- & abreisetag), so dass Sie die landschaftliche schöne fahrt unbeschwert geniessen können.

termine & preise

wanderwochen am lykischen weg

reiseNr	datum	euro
450.ADR.01	21.03.-28.03.	599
450.ADR.02	04.04.-11.04.	
450.ADR.03	18.04.-25.04.	
450.ADR.04	02.05.-09.05.	
450.ADR.05	19.09.-26.09.	
450.ADR.06	03.10.-10.10.	
450.ADR.07	24.10.-31.10.	
450.ADR.08	07.11.-01.11.	

wanderwochen am lykischen weg

reiseNr	datum	euro
443.ADR.01	20.06.-27.06.	699
443.ADR.02	04.07.-11.07.	

wahlleistungen

▪ einzelzimmer ohne balkon	105
▪ buchungspauschale	25
▪ verlängerungswoche	485

enthaltene leistungen

- seminarprogramm & offenes hausprogramm
- begrüssungstreffen
- übernachtung im halben doppelzimmer mit eigener dusche/wc
- vegetarische halbpension, tagsüber obst und salat, kleine snacks, slat/suppe
- frisches quellwasser, tee & kaffee
- transfer ab/bis antalya (3-mal pro jeweils am sonntag)
- strandtransfer 3x pro tag
- infopaket
- irrturn & preisänderung vorbehalten

gerne buchen wir Ihnen einen flug zu den aktuellen tagespreisen

teilnehmer/innenzahl: min 6, max 25
(weihnachten: min 8, max 35)

