



„WasserWellness & Lissabons Küsten“ Wintererholung in Portugal

Die Magie des Wassers hautnah spüren – Begegnungen mit dem Wasser in Dir und um Dich herum inmitten der abwechslungsreichen Umgebung von Portugals Hauptstadt Lissabon und dem lebendigen Herzen dieses südlichen Landes. Behutsam geführt Deine persönliche Wirklichkeit wahrnehmen! Vielfältige Traumstrände an der Küste von Cascais, mit Eukalyptus, Pinien und Kastanien bewaldete Hügellandschaften im sagenumwobenen Mondgebirge von Sintra sowie dem Geschichts-trächtigen mondänen Casino- und Nostalgieort Estoril in der Nachbarschaft der reizvollen Weltmetropole Lissabon bieten unterschiedliche Formen des Genusses und der Entspannung. Die Therme Estorils ist seit Jahrzehnten bei Adelsfamilien bekannt und gern genutzt, um körperliches Wohlbefinden zu stabilisieren. Professionelle Therapeuten für Wasseranwendungen des unter ärztlicher Leitung stehenden Estoril Wellness Centers sowie hochklassige fernöstlich inspirierte Gesundheitsmassagen unter dem Dach der anerkannten Wellness-SPAS Banyan Tree bieten gemeinsam in ihren Räumen nahe des charmanten Atlantikstrandes individuelle Möglichkeiten der Regeneration. In diesem schützenden, liebevollen Umfeld ist das intensive Eintauchen in die Welt der aquatischen Entspannung dank der balancierenden Erlebnisse des WATSU®, HealingDance und sanfter Wasser-Relax-Anwendungen im körperwarmen Thermalwasser gewährleistet. Beste Voraussetzungen, die dunkle Jahreszeit der Regeneration in Liebe und Dankbarkeit voller Potential von Verbrauchtem und Undienlichem zu befreien und Lebensziele, Visionen, Herzenswünsche zu verankern.

Sanfter Genuss voller Freude in Liebe getragen von den Elementen hautnah!

Reiseverlauf:

- 1.Tag Anreise nach Lissabon, Transfer vom Flughafen zum Hotel, Abendessen
2. Tag Erkundung der näheren Umgebung mit Strand, Küste und portugiesischem Flair, Entspannung im hoteleigenen Spa oder Sonne tanken in der Natur
- 3.Tag Ganztägiger Ausflug zum Kennenlernen der atlantischen Eindrücke rund um den ehemaligen Fischer- und heutigen Nobelort Cascais, dem westlichsten Punkt Festlandeuropas Cabo da Roca und Sintra, dem nahe gelegenen Märchenwald mit zahlreichen restaurierten Schlössern und Burgen
4. Tag Dieser Tag führt an die entspannende und heilende Welt der aquatischen Körperarbeit durch die professionellen einfühlsamen Watsu©-Praktiker heran. In der verbleibenden Zeit, besteht Freiraum, hautnah mit der Natur in Kontakt zu SEIN und in der Umgebung zu entspannen oder Ausflüge zu unternehmen. Estoril und das nahe gelegene Cascais bieten viele Strände und Erkundungsmöglichkeiten und auch Yoga, Biodanza, Surfen, SUP, Fastenwandern, Gleitschirmflüge, Delfinbeobachtungen etc. wird auf Wunsch arrangiert
5. Tag Dieser Tag führt abermals an die magische entspannende und heilende Welt der aquatischen Körperarbeit durch unsere langjährigen Watsu©-Praktiker heran. In der verbleibenden Zeit, besteht viel Freiraum, hautnah mit der Natur in Kontakt zu SEIN, in der Umgebung zu entspannen und die freie Zeit zu genießen und hierbei die reinigenden und nährenden atlantischen Landschaften sowie den Ozean als Kraftquelle intensiv zu spüren

info@watsutours.de

Tel. (+49) – 40 – 648 616 09

www.WATSUTOURS.de



6. Tag Dieser Tag steht zur freien Verfügung. Auf Wunsch (fakultativ) besteht wieder die Möglichkeit, erneut die entspannende und heilende Welt der aquatischen Körperarbeit im heilenden Thermalwasser Estzorils zu spüren. Oder ist an diesem Tag eine Citytour zum Kennenlernen der Metropole Lissabons interessant? (fakultativ) Alternativ bietet ein ganztägiger Ausflug zum Sado-Fluss die Möglichkeit, die ortsansässigen freien Tümmler-Delfine zu beobachten, die sich häufig in der Flussmündung zum Atlantik aufhalten und mehr über sie zu erfahren

7. Tag Dieser Tag steht zur freien Verfügung, um die portugiesischen Klänge – Düfte – Farben – Schwingungen nochmals intensiv in sich aufzunehmen

8.Tag Abreise von Lissabon oder individuelle Verlängerung

Leistungen:

7 x ÜF Estoril Palacio Hotel
1 x Estoril-Rundgang /halbtägig
1 x Ganztages--Tour Cascais, Sintra, Cabo da Roca
2 x Mittag- bzw. Abendessen
2 x intensive individuelle balancierende Watsu©-Relax Anwendung
Transfers bei An-/Abreise
Reiseleitung: Watsu-Tours Team
WATSU-Spezialisten: z.B. Rui Granja / Alda Lopez (Watsu-Portugal)

Einführungspreis Dezember bis März 2019: ab EUR 1.290,- (EZ-Zuschlag EUR 610,-)

Die Preise verstehen sich zuzüglich Anreise

(Gern vermittele ich den passenden Flug zur Reise ab EUR 240,- p.P.)

Änderungen des Programmablaufs vorbehalten

Reisetermine Individualtermine mit lokaler Reiseleitung

Änderungen der Reisedauer mit Vor-/Nachprogramm auf Anfrage

Fakultative Aktivitäten: Massagen, Watsu-& Thermal-Anwendungen, Stadtrundfahrt Lissabon, Delfinbeobachtung, Biodanza, Yoga, Surfen, SUP; Fastenwandern, Gleitschirmflug, Radtour

WATSU© ist eine ganzheitliche Wellness-Methode & Körpertherapie, welche die Seele nährt und neues Urvertrauen wachsen lässt. Dies wird ermöglicht, indem der Praktizierende den geschützten Raum anbietet, in welchem alle Gefühle Platz haben. WATSU hilft, die Angst vor dem Wasser abzubauen und ebenfalls mit anderen Ängsten umgehen zu lernen bzw. sie zu lösen (WATSU.de)
Ein wesentliches Prinzip des Zen gilt auch hier: Mit dem anderen SEIN, anstelle etwas TUN.
Rückzug und Stille finden – fühle Dich eingeladen, Dir inmitten der Ursprungsnatur der Azoren eine intensive klärende und aufbauende Auszeit zu erlauben! Vor dem Jahresende eine neue Ausrichtung finden: Innehalten, Reinigung von emotionalen und psychisch-physischen Altlasten, NeubeSINNung und Reserven aufladen! Die Wintermonate auf der nördlichen Halbkugel nutzt die Natur zur Regeneration – folge diesem Impuls und lasse Dich eine intensive Woche lang bei milden Temperaturen in märchenhaften Eukalyptuswäldern, mit heißen Quellen, Thermalanwendungen, im Kontrast zu malerischen Stränden und dem tosenden Ozean rundherum eigenständig und geführt inspirieren und balancieren ! Diese Reise kann fernab der alltäglichen Tristesse und Reizüberflutung den persönlichen Weg zu Ausgeglichenheit für Lebensfreude und Wohlbefinden aufzeigen und zum inneren Strahlen verhelfen - hautnah mit den Elementen

WASSER – FEUER – ERDE – LUFT – LIEBE

info@watsutours.de

Tel. (+49) – 40 – 648 616 09

www.WATSUTOURS.de