

DIE WINDROSE

Reisekontor H. Loizenbauer



TROPISCHES FRÜCHTE FASTEN

auf den Spuren der Maya und Azteken in Mexiko



REISEVERLAUF

1. Tag: MÜNCHEN - MEXIKO-CITY

Linienflug von München (oder anderen Flughafen) nach Mexiko-City. Nach Ankunft in der mexikanischen Hauptstadt, empfängt uns ein Vertreter unserer Agentur und begleitet uns ins Hotel. (Distanz: 15 km) Nächtigung: Hotel Geneve 4* o.ä.



2. Tag: MEXIKO-CITY - HUATULCO

Nach dem Frühstück im Hotel unternehmen wir eine Stadtrundfahrt in Mexiko-City. Beginn auf dem riesigen Hauptplatz (Zocalo), wo sich die Hauptsehenswürdigkeiten gruppieren. Besichtigung des Regierungspalastes mit den eindrucksvollen Wandmalereien Diego Riveras, der monumentalen Kathedrale La Metropolitana sowie des Templo Mayor. Fahrt zum Alameda-Park und Besichtigung des Neoklassischen Stadttheaters Bellas Artes. Fahrt auf dem Prachtboulevard Paseo de Reforma zum Chapultepec Park, wo sich das berühmte Anthropologische Museum befindet. Eingehende Führung durch 3000 Jahre Geschichte. Im Museum wird die präkolumbische Vergangenheit und die lebende indianische Kultur Mexikos ausgestellt. Transfer zum Flughafen Mexiko-City. Anschließend Flug nach Huatulco. Nach Ankunft, Empfang und Transfer zum Hotel in Huatulco mit einem Vertreter unserer Agentur. (Distanz: ca. 35 km) Nächtigung: Hotel Quinta Real Huatulco 4.5* o.ä.



3. - 8. Tag: HUATULCO

'TROPISCHES FRÜCHTE FASTEN' und aktive Erholung. Nächtigung: Hotel Quinta Real Huatulco 4.5* o.ä.

9. Tag: HUATULCO - OAXACA

Abholung durch den deutschsprachigen Reiseführer in unserem Hotel in Huatulco. Wir fahren durch malerische Landschaften hinauf in die Höhen der Sierra nach Oaxaca, das von der UNESCO zum Weltkulturerbe erklärt wurde. Wir erreichen das Tagesziel am Nachmittag. Dort machen wir einen kurzen Rundgang, bevor der Tag im kolonialen Flair des Hotels ausklingt. (Distanz: ca. 270 km) Nächtigung: Hotel Hostal de La Noria 4* o.ä.



10. Tag: OAXACA - MONTE ALBAN

Heute besuchen wir zunächst den mächtigen Monte Alban. Wir lassen uns mitnehmen auf eine Reise in die längst vergangene Zeit der Zapoteken und Mixteken. Die grandios, auf einem künstlich abgeflachten Hügelrücken gelegenen Ruinen, sind von einem Kranz aus Terrassen, Häusern, Tempeln und Gräbern an den Hängen des Berges umgeben. Ein Besuch im Regionalmuseum kann den Einblick in diese vielfältige Kultur noch unterstützen und erweitern. Und so steht als nächstes das Zentrum von Oaxaca auf dem Programm. Als erstes besuchen wir die prachtvolle Kirche Santo Domingo sowie das Museo Regional de Oaxaca. Zu den sicherlich beeindruckendsten Funden gehören die Goldarbeiten aus dem Grab Nr. 7 von Monte Alban. Später schlendern Sie durch die wunderschönen und sehr romantisch angelegten Gässchen und besuchen den bunten Markt Mercado Juarez. (Distanz: ca. 30 km) Nächtigung: Hotel Hostal de La Noria 4* o.ä.

11. Tag: OAXACA - PUEBLA

Bei einer Fahrt auf spektakulärer Strecke über die Höhen der Sierra geht es heute nach Puebla. Nach Ankunft starten wir den Stadtrundgang. Die Architektur dieser Stadt wird insbesondere durch die farbenprächtigen Talavera-Kacheln bestimmt. Viele der Häuserfassaden sind mit diesen herrlichen Fliesen, die ehemals aus Spanien kamen, verziert.



Bevor wir Puebla verlassen, sollten wir unbedingt noch eine Spezialität der regionalen Küche getestet haben. Von Nonnen vor unzähligen Dekaden zum bischöflichen Besuch kreiert, ist die dickflüssige Schokoladensauce "mole poblano" eine Köstlichkeit aus unzähligen Gewürzen und Kräutern. (Distanz: ca. 340 km) Nächtigung: Hotel San Leonardo 4* o.ä.

12. Tag: PUEBLA - TEOTIHUACAN

Fahrt nach Teotihuacan, vorbei an den dominanten Vulkankegeln Iztaccihuatl und Popocatepetl. In der von Bergen umgebenen Hochebene tauchen die Pyramiden der Sonne und des Mondes wie natürliche Anhöhen auf. Teotihuacan wurde 1988 von der UNESCO in die Liste der besonders schützenswerten Kulturgüter aufgenommen.



Besteigen Sie die kolossale Sonnenpyramide für einen unvergesslichen Blick über das Tal von Teotihuacan. Nach ausführlicher Besichtigung Fahrt zum Flughafen Mexiko-City und Abflug nach München (oder anderen Flughafen). (Distanz: ca. 180 km)

13. Tag: MEXIKO CITY - MÜNCHEN

Ankunft in München (oder anderen Flughafen) im Laufe des Tages.

TERMIN: 30.10. - 11.11.2017

PREIS: ab € 3.845,-

EINZELZIMMERZUSCHLAG: € 890,-

IM PREIS INBEGRIFFEN:

- Linienflüge mit Aeromexico ab/bis München (eventuell andere Fluggesellschaften)
- Flughafentaxen, Sicherheitsgebühren und Treibstoffzuschläge
- Übernachtungen in oben genannten Hotels o.ä. und Zimmerkategorien, inkl. Steuer
- Amerikanisches Frühstück oder Frühstücksbuffet am Tag 02 und 10-12
- 'TROPISCHES FRÜCHTE FASTEN' Vollpension von Tag 03-09
- Fastenleitung und Reisebegleitung durch Hr. Ralf Bodeutsch
- Deutschspr. örtliche Reiseführung in Mexico City am Tag 02 (City Tour + Anthropologisches Museum)
- Deutschspr. örtliche Reiseführung vom Tag 09-12
- Transport im A/C Microbus Sprinter
- Alle Eintritte zu Ausgrabungsstätten und Museen gem. Programm
- Begleiteter Flughafentransfer in Mexiko-City am Tag 01
- Unbegleiteter Flughafentransfer in Huatulco am Tag 02

NICHT INBEGRIFFEN:

- Alle nicht erwähnten Mahlzeiten und Getränke
- Alle Extras in den Hotels
- Trinkgeld für Fahrer und Reiseführung
- Versicherungen
- Nicht erwähnte Eintrittskarten
- Persönliche Ausgaben

TEILNEHMERZAHL: 8 bis max. 12 Personen

VERANSTALTER: Nr. 2014/0049



DIE WINDROSE
Reisekontor H. Loizenbauer
4101 Bad Mühlacken/Feldkirchen

Tel. 07233/7276, Fax 6525
info@diewindrose.com | www.diewindrose.com

Es gelten die allgem. Reisebedingungen lt. ARB 92
letzte Fassung laut Katalog DIE WINDROSE Reise-
kontor Loizenbauer 2017.
Preis- u. Programmänderungen vorbehalten.

Tarifstand: 01.02.2017 Gerichtsstand: Linz



'TROPISCHES FRÜCHTE FASTEN'



DAS BESONDERE AM 'TROPISCHEN FRÜCHTE FASTEN'

Die Basis des Tropischen Früchte Fastens ist das Kokswasser.

Der hohe Selenwert macht die Kokosnuss zu einer hoch-antioxidativen Frucht, das heißt, sie bremst den Alterungsprozess der Zelle, verbessert das körperliche und seelische Wohlbefinden und verjüngt. Kokoswasser enthält große Mengen Kalium, Magnesium und Vitamin-C und ist damit wertvoller als jedes isotonische Sportgetränk.

Erleben Sie Kokoswasser in seiner frischesten Form mit Hochgenuss täglich direkt aus der Frucht.

Alle tropischen Früchte, wie Mango, Ananas, Papaya, Pitahaya, Guave, Maracuja, Tamarillo, Granadillo, Sapote und viele mehr sind reich an natürlichen Stoffen, wie Mineralien in ihren lebendigen Verbindungen, Vitaminen, Aromen und Ballaststoffen. Mit ihrem geringen Kalorien- und sehr hohem Wassergehalt eignen sich die tropischen Köstlichkeiten hervorragend zur Gewichtsregulation sowie zur Entgiftung und Regeneration.

- Stärkung des körperlichen Wohlbefindens und Förderung der geistigen Klarheit
- Stärkung des Immunsystems
- Zunahme von innerer Ausgeglichenheit und Zufriedenheit
- Steigerung von Kraft und Ausdauer
- Gewinn an Energie, Vitalität und Schönheit

Fastenbegleitung: Ralf Bodeutsch, Dipl.Ing (FH), Fastenleiter (Deutsche Fastenakademie), Romanistikstudium in Lleída (Spanien)

Ich begleite seit vielen Jahren Menschen in Fastenseminaren und gestalte Gesundheits- und Erlebnisreisen im romanischen Sprachraum.

Mein Motto: *Gesundheit ist Leben. Heute*

