

Entwurf Programm Achtsamkeitsreise Lipari-Cefalù 4-13.10.2023 (10 Tage)

Kosten (Flug inklusiv): 1575,€--in DZ, 1800,€--in EZ. Seminargebühr 500,--€

VP (außer die 3 Tage des Seminars!). Alle Eintritte, Transporte, Führungen inklusiv.

Gekoppelte Flüge: EW 9814 Düss. 7:20 – CT 10:00. EW 9817 CT 18:35 – Düss 21:25

Datum	Uhrzeit	Aktion
04.10, Mi	7.20 10.30	Abflug Düsseldorf (EW 8815) – Ankunft in Catania 10.00 Uhr Treffpunkt für alle Teilnehmer*innen: 10:30 Bus Haltestelle Flughafen Catania. Italienische Frühstück Caffè Parisi Fahrt nach Milazzo – Überfahr nach Lipari Check-in Hotel Giardino Inselrundfahrt mit Ute Krohmer Abendessen im Hotel
05.10, Do	Bis 9:00 9:15 13:00 15:00	Frühstück Achtsamkeitsseminar Mittagspause- Imbiss bei La Vela Achtsamkeitsseminar Abendessen im Hotel
06.10, Fr	Bis 9:00	Frühstück Wie Donnerstag
07.10, Sa	Bis 9.00	Frühstück Wie Donnerstag
08.10, So		Frühstück Achtsamkeit – Gelegenheit zu Einzelgespräche oder Freizeit – Mittagessen im Hotel Fahrt nach Panarea und zum Vulkan Stromboli - Fahrt in der Dunkelheit zur „sciara del fuoco“ - Rückfahrt nach Lipari Abendessen bei Gilberto
09.10, Mo		Frühstück Schnellboot von Lipari nach Salina - Spaziergang in Santa Marinella - Weinprobe bei Hauner - Rundfahrt von Salina (Malfa, Leni, Rinella) mit Führung durch Ute Krohmer. Rückfahrt nach Lipari - Abendessen im Hotel
10.10, Di	Bis 9.00 9.30	Frühstück Fahrt nach Vulcano - Rundfahrt der Insel - Mittagessen bei Maria Tindara - Freizeit in Lipari
11.10, Mi		Überfahrt nach Milazzo Weiterfahrt nach Cefalù Programm in Cefalù - Besichtigung der Stadt -Wanderung Gibilmanna, Gratteri Abendessen Al Gabbiano
12.10, Do		Programm in Palermo oder Freizeit in Cefalù Abendessen bei Tinkitè
13.10, Fr	18:35	Fahrt nach Catania Flughafen Mittagessen und Pause in Enna bei Ariston Abflug