



MEDITATIONEN in raum und natur

im weltbiosphärenreservat la palma

vom 11. bis 18. september 2012

einwöchiges meditationsseminar

wir sind zu gast auf der wunderschönen insel la palma im archipel der kanarischen inseln; hier umfängt uns tiefe stille im nahezu menschenleeren nordwesten der insel fernab touristischer zentren.

wir lernen tiefe schluchten kennen und verschwiegene buchten, aalen uns im schwarzen sand am strand, wandern hoch über den wolken und nehmen wahr mit allen sinnen – nichts weiter ...

die insel bietet uns einen wundervollen rahmen für vier bis fünf aktive und stille meditationen täglich, für viel bewegung in klarer meeresluft und auf hohen bergen, für unvergessliche tage und nächte ungeteilter anwesenheit in einem homogenen raum ...

besondere höhepunkte verspricht uns die insel auf unseren exkursionen zur bucht von *calle consitos*, zur *schlucht der wunder und wunden* und zu den weltberühmten *drachensäulen*, die wir nachmittags von der *finca vuelo del halcon* (falkenflug) ausgehend erreichen – und wir kehren langsam zurück in grossem staunen.

lassen sie sich verzaubern von dieser insel und ihren stillen wundern ...



marc vermeë (47)
ist ihr seminarleiter
und meditationslehrer



weitere informationen unter
www.vuelodelhalcon.ch

die *finca vuelo del halcon* ist die schönste unterkunft im nordwesten der insel. zehn bis 17 teilnehmer im nordwesten der insel. zehn bis 17 teilnehmer erwählen ruth und ihr team morgens und abends mit ihren grandiosen kochkünsten, ein grosser speiseraum mit bibliothek und kamin lässt uns früh schon strahlen und der sehr grosse meditationsraum inmitten schönster blumenpracht und -fülle gibt uns stille und versenkung.

die unterkünfte bestehen aus einigen doppelzimmern, einzelzimmer sind auf anfrage möglich. (die zimmer verfügen jeweils über dusche und wc.)

das areal liegt leicht oberhalb des malerischen dörchens *las tricias* mit blick aufs meer nach westen, in ein langes, langes licht am abend ...

die tage hingegen beginnen jeweils mit meditationen am morgen, und nach einem ausgedehnten frühstück mit anschliessendem seminar ziehen wir uns nachmittags zu einer kleinen siesta zurück, bevor wir das seminar fortsetzen oder an drei nachmittagen zu unseren exkursionen aufbrechen; ein ganzer tag ist schweigetag ...

das programm ist zwar intensiv, doch werden wir ausreichend zeit und muße finden, im atlantik zu schwimmen, frei zu atmen, zu reden und zu lachen; die exkursionen sind nicht schwer, sie können auch von ungeübten wanderern leicht bewältigt werden (nordic walking sticks bitte unbedingt zuhause lassen).

am ankunftstag laden wir sie herzlich ein zu einem original kanarischen abendessen, der letzte tag verklingt nach dem frühstück in leichter wehmut mit den transfers zum flug- oder fährhafen ...

sie erreichen die insel la palma von deutschland aus per direktflug in rund fünfeinhalb stunden. weitere routen führen mit dem flugzeug über teneriffa und weiter mit der fähre nach la palma oder via fähre von cadiz nach la palma. (bitte beachten sie, dass ihre flugkosten *nicht im preis* inbegriffen sind.)

sieben übernachtungen im doppelzimmer (dusche/wc)
zwei flug-/fährhafentransfers
seminargebühren
drei exkursionen; inkl. transfer
vollpension (inkl. getränke; ohne alkoholika)
orts- und sprachkundige reiseleitung

€ 1.250,00 pro person

für ihr interesse, weitere fragen oder für ihre buchung rufen sie bitte einfach an (06021 470 657) oder senden sie uns eine [email](mailto:info@gevert.net). bitte informieren sie sich unbedingt hier über den [buchungsablauf](http://www.gevert.net). weitere informationen finden sie auch auf der homepage www.gevert.net.

anmeldeschluss ist der 01. juni 2012.

vielen dank für ihre freundliche aufmerksamkeit ...



programm



für ihr interesse, für weitere fragen zum inhalt dieses aussergewöhnlichen meditationsseminars, zu physischen oder psychischen bedingungen – bitte klicken sie einfach auf das logo; marc beantwortet sie ihnen gern ...

preis und leistungen



frank gevert (56), philosoph und sinologe, ist ihr scout und weggefährte.

