



Bildungs-Kreuzfahrt

11.-25.2.2020

Dr. Ruediger Dahlke &
Dr. Ingfried Hobert

INSELN DER FÜLLE

Seychellen - Mauritius -
Madagaskar - La Réunion



Ganzheitlich Reisen

Ausgehend von Mahé (Seychellen) am 11. Februar 2020 führt uns diese Reise zu den einzigartigsten Inseln im indischen Ozean, wo eine unglaubliche Natur leben aus der Fülle geradezu atmet. Der überfließende Reichtum dieser Landschaften und ein begnadetes Klima haben sie zu den Trauminseln schlechthin gemacht.

Das inspirierte uns, diese Reise unter das Thema „Fülle des Lebens - Reichtum aus der Natur“ zu stellen und uns, wenn zuhause meist graue Kälte herrscht, zu Genusswochen in diese letzten Paradiese aufzumachen.

Auf unseren Landausflügen lassen wir uns von der Exotik und dem be- und verzaubernden Flair inspirieren und nehmen diese Eindrücke mit in unsere Vorträge an Seetagen. Kontakte zu örtlichen Ärzten und traditionellen Heilern ermöglichen uns spannende Eindrücke abseits gewöhnlicher Routen und Einblicke in das Leben und die Traditionen der Einheimischen zu gewinnen.



Vom morgendlichen ‚aktiven Erwachen‘, über Vorträge bis zu themenbezogenen, vertiefenden Meditationen tauchen wir ein in dieses Meer der Fülle bis sich unser innerer Reichtum auftut und erschließt. So werden unsere Erlebnisse bei den Landgängen komplettiert und zu tiefen, erfüllenden und unvergesslichen Erfahrungen.

Die Landausflüge sind von uns organisiert, sodass wir Orte erleben, die uns im Herzen erreichen. Wir laden Sie ein zu einer bereichernden und erfüllenden Reise und freuen uns auf zwei wunderschöne Wochen mit Ihnen.



GANZHEITLICHE FORTBILDUNG + ENTSPANNUNG AUF HOHER SEE
Vorträge und Ausflüge die neue Sichtweisen und Einsichten ermöglichen. Für Ärzte, Apotheker, Therapeuten und Interessierte.

Zertifiziert mit 60 Fortbildungspunkten für Ärzte & Apotheker.

Route

Antsiranana - Madagaskar

Madagaskar hat erst 1960 die Unabhängigkeit von Frankreich erreicht. In Antsiranana spürt man bis heute dieses koloniale Erbe. Breite Boulevards, edle Prachtbauten und bunte Häuser laden zum Flanieren ein.

Unweit der Stadt befinden sich einige Attraktionen wie der Nationalpark Montagne d'Ambre, beeindruckende Wasserfälle, die nadelförmigen Felsformationen von Tsingy Rouge oder die, nach Rio, zweitgrößte natürliche Bucht der Welt.

Nosy-Be

Die kleine Schwesterninsel Madagaskars ist umgeben von einer Welt vieler kleiner Inselchen und hat traumhafte Strände zu bieten. Auch Nosy-Be ist vulkanischen Ursprungs aber da bereits 1923 ein Naturreservat um den Lokobe Berg ausgewiesen wurde, gibt es noch unberührten tropischen Primärwald. Bunte Vögel, Lemuren und Boas sowie das kleine Stummelschwänzchenchamäleon mit nur 20mm Größe sind zu entdecken. Die 7 Kraterseen sind den Einheimischen heilig und werden als Wohnstätten ihrer Ahnen gesehen. Noch heute gelten strenge Kleider- und Disziplinvorschriften an den Seeufern. Zuckerrohrfelder weisen auf die Produktion von Rum und das in der Parfumerie und Aromatherapie benutzte Ylang-Ylang Öl werden exportiert.

Taomasina - Madagaskar

An der Ostküste bot von alters her ein natürlicher Hafen Schutz, sodass früher Piraten und Sklavenhändler verborgen ihre traurigen Geschäfte treiben konnten. Heute sind es die Früchte der Vanilleorchidee, Pfeffer und Kaffee, die diesen Hafen verlassen und die Welt mit Kostbarkeiten beschenken.

Pousse-pousse, eine Art Rikscha prägen das Straßenbild. Bazary Be, der ‚große Markt‘, repräsentiert die Fruchtbarkeit des Landes. Wer gerne kocht und eine geschmackliche Erinnerung mitnehmen möchte, wird sich Currypulver frisch am Markt mischen lassen.

Die wichtigste Sehenswürdigkeit Madagaskars sind jedoch Fauna und Flora. Im Marojejy Nationalpark im ‚heiligen Gebirge‘ führen Wanderwege tief in den tropischen Regenwald und in die über 2.000 m hohen Vulkanberge.

Port Louis - Mauritius

Port Louis, die Hauptstadt von Mauritius und wichtigster Hafen der Insel ist Melting-Pot vieler Kulturen. Dies spiegelt sich auch in den kulturellen Sehenswürdigkeiten wie Moscheen, Hindu-Tempel, Pagoden, Gebäuden aus der Kolonialzeit oder in Chinatown. Franzosen und Engländer hinterließen der Stadt schöne Bauten und Anlagen, wie die Pferderennbahn Champs de Mars. Briefmarkenfreunden sagen ‚Blaue Mauritius‘ und ‚Rote Mauritius‘ etwas und sie werden auf dem Gelände der ‚Caudan Waterfront‘ ausgestellt.

Sehenswert ist der berühmte Botanische Garten von Pamplemousses, der u.a. für 85 Palmenarten, einen traumhaften exotischen Gewürzgarten und die Wasserlilienstammung bekannt ist. Im Naturpark Le Val sind die Wasserfälle von Chamarel oder die Tonerde-Landschaft ‚Siebenfarbige Erde‘ besuchenswert. ‚Grand Bassin‘, ein See im Herzen Mauritius und Naturdenkmal ist den Hindus heilig.

Ein Glück dass wir zwei Tage Zeit haben um die Schätze von Mauritius zu erkunden.

Le Port - La Réunion

Regenwaldüberzogene Vulkanberge, Wildwasserschluchten und weiße, von Palmen gesäumte Strände mit türkisblauem Meer und bunten Korallenriffen - La Réunion ist

Seychellen



Baobab auf Madagaskar



ein Paradies wie man es heute kaum mehr findet. Als Übersee-Département gehört die Insel zu Frankreich und damit zur EU, man spricht Französisch und bezahlt mit Euro. Eine halbe Stunde nördlich liegt die Hauptstadt der Insel, Saint Denis. Diese größte Stadt Frankreichs außerhalb Europas hat auch kulturell einige Sehenswürdigkeiten zu bieten, wie den Jardin de L'Etat, Tempel, Moscheen und Kathedralen sowie zwei sehenswerte Museen für moderne Kunst.

Auf dieser Insel begegnet uns ein Hauch von Europa und seiner Kultur in einem anderen, faszinierenden Kleid.

Mahé - Seychellen

Die meisten Einwohner des Inselstaates leben in dieser vibrierenden Stadt. Nicht weit davon entfernt liegt Victoria, ein charmantes Städtchen und doch Hauptstadt und mit 26.000 Einwohnern sogar die kleinste Hauptstadt der Welt. Architektonisch fast mit Dubais The Palm ebenbürtig ist die künstlich angelegte Insel Eden vor Mahé. Der Naturpark Fond Ferdinand oder das UNESCO Weltnaturerbe Vallée de Mai auf der leicht erreichbaren Insel Praslin beherbergen Reste der ursprünglichen Coco de Mer Palmenwälder.

Auch hier haben wir Zeit genug, die Schönheiten zu erforschen und uns dennoch auf die Heimreise einzustimmen. Wer möchte, kann sich im Anschluss (bzw. selbstverständlich schon vor der Seereise) noch ein individuelles Programm von unserem Reisebüro (Fr. Seeberger) zusammenstellen lassen.

Lassen Sie sich inspirieren und faszinieren von den dort lebenden Menschen, ihrer Sichtweise auf die Welt und ihrem Wissen um die Heilkräfte außergewöhnlich kraftvoller Heilpflanzen und Heilfrüchte aus der üppigen Vielfalt und Fülle der sie umgebenden Natur.



Unsere Seetag-Themen

Dr. Dahlke:

Aus der Fülle der ganz(heitlich)en Medizin widmen wir uns dem Zauber des (verbundenen) Atems und der sich daraus ergebenden spirituellen Reisen und Ziele, lassen uns vom Fasten und seinen Spielarten wie Kurzzeitfasten bis zu neuesten Erkenntnissen der Ernährungslehre von Peacefood



leiten und zur darauf gründenden Ketokur, die uns schon viel von der Angst und den Schrecken des modernen Lebens wie Krebs und Alzheimer-Demenz nehmen kann. Der mit Fasten ideal beginnende Umstieg in den Einstieg einer neuen Ernährung auf körperlicher und geistiger Ebene wird zum Thema so wie auch die anderen Aspekte der Säulen der Gesundheit wie Bewegung - von der morgendlichen Praxis beim aktiven Erwachen bis zu den umfassenden Chancen verschiedener Bewegungsarten vom Ausdauersport über Dehnen und Kräftigen bis zu Bewusstseins-Gymnastik in Theorie und Praxis. Entspannung und Schlaf werden uns ebenfalls beschäftigen wie auch Schwingungsmedizin, Wasser in seinen verschiedenen Aspekten vom Heilmittel bis zum Genusselement oder Hygiene in ihrem ursprünglichen Sinn als Lebenshilfe.

Dr. Hobert:

Das weltweit einzigartige Ökosystem auf Madagaskar ist nicht nur ein wahres Paradies, sondern es birgt auch einen riesigen pharmakologischen Schatz. Die madagassischen Heiler sind tief mit der sie umgebenden Tier und Pflanzenwelt verbunden. Ihre Heilmethoden und ein tief verwurzelter Ahnenkult sind äußerst komplex. Außergewöhnliche Rituale helfen Ihnen, die Heilkräfte besonderer Bäume und der überreichen Natur-Apotheke zu nutzen.



Treten Sie ein in das Abenteuer Ethnomedizin und begeben Sie sich mit uns auf eine Reise durch das Heilwissen der Paradiesinseln des indischen Ozeans.

Jeden Tag: **AKTIVES ERWACHEN + MEDITATION**

Lass' Dir unser gemeinsames »aktives Erwachen« morgens an Deck nicht entgehen. Mit sanftem Tai Chi und QiGong stimmen wir uns auf den Tag ein.

Am Nachmittag tauchen Sie mit Meditationen von Ruediger immer tiefer in unser Bildungsthema ein.

Stationen unserer Kreuzfahrt

Das Highlight jeder Kreuzfahrt sind einerseits die tiefgründigen, berührenden Vorträge aber auch die Landgänge. Von der Einfahrt in den erwachenden Hafen, dem Anlegen des Schiffes am frühen Morgen, der Vorfreude auf den Landgang, die Aufregung in der Erwartung des Neuen. Hier das Programm auf AIDAblu :

Tag	Land/Insel	Hafen	An	Ab
	Abfahrt 11.Februar: SEYCHELLEN	Mahé	-	19:00
1	Bildungs-Seetag			
2	MADAGASKAR	Antsiranana	09:00	19:00
3	MADAGASKAR	Nosy Be	08:00	19:00
4	Bildungs-Seetag			
5	MADAGASKAR	Taomasina	10.00	16:00
6	Bildungs-Seetag			
7	MAURITIUS	Port Louis	02:00	-
8	MAURITIUS	Port Louis	-	18:00
9	LA RÉUNION	Le Port	08:00	-
10	LA RÉUNION	Le Port	-	17:00
11	Bildungs-Seetag			
12	Bildungs-Seetag			
13	SEYCHELLEN	Mahé	09:00	-
14	Check-Out 25.Februar: SEYCHELLEN	Mahé	-	-

Kreuzfahrt + Nachhaltigkeit

Leider aber verständlicherweise zählen Kreuzfahrten nicht zu den umweltfreundlichen Urlaubsmöglichkeiten und werden oft in den Medien und von Umweltschützern vorgeführt. Auch uns hat das motiviert, uns mit dieser Art von Seminarreisen nochmal grundlegend auseinanderzusetzen. Dabei zeigte sich, dass da auch eine große Portion Übertreibung eine Rolle zu spielen scheint. Auch Die Zeit publizierte darüber und über Costa Crociere einen interessanten Artikel der mehr Einblick gibt und etwas entwarnt. Macht Euch gerne selbst ein Bild von nachhaltigem Ressourcenmanagement an Bord, Überschussverwertung als ‚Essen für Arme‘, Feinstaubreduktion u.v.m. auf <https://bit.ly/2CdbmKh>.

Symbolfotos: Fotolia, AIDA Pixabay, eigene

Reisepreis und Information

Schiff AIDAblu

Innenkabine Kat. IA	ab € 1.620,-
Meerblickkabine Kat. MA	ab € 2.125,-
Balkonkabine Kat. BA	ab € 2.540,-

Preise pro Person in Doppelkabine.

▶▶▶ Preis beinhaltet Frühbucherrabatt von 200,- Euro, limitiertes Kontingent!

Preis inklusive:

- Seereise mit Hafengebühren + Sicherheitsgebühren
- Vollverpflegung an Bord
- Kabinenservice
- Getränke zu den Hauptmahlzeiten in den Buffet-Restaurants
- Trinkgelder
- Nutzung der Sportangebote, Shows

Nicht inkludiert: Flug + Transfer, Ausflüge, Reiseversicherung, spezielle Getränke, Wellness-Behandlungen sowie lt. Aushang am Schiff.

Nutzen Sie die beliebten alternativen An-/Abreisepakete mit Hotel, Vorprogramm und Ausflügen nach Ihren Wünschen.

Seminarpreis: 860,- Euro incl. Service/Gruppenpauschale.

Reservierbar ab sofort im:

Reisebüro am Schlossplatz, Fr. Angela Seeberger
Westcelltorstr. 4 | 29221 Celle
T +49 (0)5141-21034 | E reisebuero@schlossplatz.eu

Infos zum Seminar und Impressum:

Dr. Hobert, Steinhude, T +49 (0)50 33 950 30 | E praxis@drhobert.de | drhobert.de
Heilkundeinstitut Dr. Dahlke in Graz, T+ 43 (0)316 719 88 85 | www.dahlke.at

