



Yoga, Wandern & Safari in Namibia, Afrika vom 16. bis 27. Oktober 2021 mit yoga natura & African Bikers ... Abenteuer Natur & Yoga...

Namibia ist bekannt für seine Nationalparks und Wildreservate, für seine Artenvielfalt sowie seine einzigartigen Landschaften und Vegetationen. Ein endloser Horizont, klarer Himmel. Afrika's starke Farben und wilde Tiere: Löwen, Elefanten, Giraffen, Leoparden, Geparden und Nashörner bis hin zu kleineren Wildtieren... **ein Paradies für Naturliebhaber!**

Tiere beobachten. Tief ein- und ausatmen. Wandern. Den Blick in die Weite schweifen lassen. In die Stille eintauchen. Entspannen. Lachen. Yoga & Natur erleben und genießen.

Namibia

Namibia ist ein Staat im südlichen Afrika, zwischen Angola, Botswana, Sambia, Südafrika und dem Atlantischen Ozean gelegen. Es ist das zweitdünnst besiedelte Land der Welt. Aufgrund seiner einzigartigen Geographie und seinem Tierreichtum ist es eines der meist besuchten Länder des afrikanischen Kontinents. Es herrscht mediterranes und subtropisches Klima. Im Oktober liegen die Durchschnittstemperaturen tagsüber bei ca. 30 Grad und über Nacht bei ca. 15 Grad.



Yoga

Einmal täglich praktizieren wir Yoga, ca. 60 bis 120 Min. Wir passen das Yogaprogramm flexibel an die jeweiligen Exkursionen und Unterkünfte an. Nach unseren Wanderungen oder längeren Transfers nutzen wir dehnende Übungen des Yoga, um unsere Körper zu bewegen und zu entspannen. An anderen Tagen starten wir mit vitalisierenden Atemübungen und kräftigenden Körperübungen in den Tag. Auch für Yoga-Einsteiger geeignet.

Wandern & Safari

Wir starten mit einer Fußsafari mit den Ureinwohnern in der Kalahari. Wir wandern durch die älteste Wüste der Welt, der Namib, und übernachten unter dem spektakulären Sternenhimmel. Auf einsamen Wegen geht es zu den höchsten Dünen der Welt in Sossusvlei. Kleine Wanderung im Kuiseb Canyon und Halt bei Pelikanen und Flamingos. Weiter geht es zur Küstenstadt Swakopmund. Wanderung an der Spitzkoppe. Besichtigung des Weltkulturerbes Twyvelfontein. Safari pur in der Etosha Pflanze. (Weitere Details im Reiseverlauf.)





Unterkünfte, Transporte und Essen

Wir sind während unserer Tour in verschiedenen schönen Unterkünften im 3*Niveau (mit Dusche & WC) untergebracht: in Lodges (teilweise mit Pool), familiär und gemütlichen Gästehäusern und bei unserer Wanderung durch die Namib Wüste in komfortablen Feldbetten unterm Sternenhimmel (zwei Übernachtungen). Transporte finden im klimatisierten Kleinbus statt. Für einige Safaris in Allradfahrzeugen. Die namibische Küche bietet einige Spezialitäten und ist durch die verschiedenen Einflüsse aus Europa und von den afrikanischen Stämmen sehr vielfältig.

Anreise / Abreise und weitere Infos

Um den Flug nach Namibia, Flughafen Windhoek - Hosea Kutako (WDH) kümmert sich jeder selbst. African Bikers berät Euch gern bei der Reisevorbereitung.

Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung u. einer Auslandsrankenversicherung. Für viele Länder ist bei einem Aufenthalt von bis zu 90 Tagen nur ein gültiger Reisepass erforderlich (bspw. für Deutschland, Schweiz, Österreich, Niederlande, Spanien, Italien, Frankreich). Der Reisepass muss mindestens noch 6 Monate über das Ende der Reise hinaus gültig sein, mind. eine freie Seite haben und ein Rückflug/Weiterflug muß nachgewiesen werden können.

Unsere Tour startet am 16.10.21 in Windhoek. Da wir direkt zu unserer Lodge in der Kalahari fahren, sollte die Ankunft spätestens bis um 10 Uhr am 16.10. oder am Tag davor erfolgen.

Die Abreise ist am 27.10.21 von Windhoek.

Kosten und Leistungen

Pro Person für Yogastunden und die Namibia Erlebnisreise, inkl. 11 Übernachtungen im Doppelzimmer (Einzelzimmerzuschlag 210,-€), alle Fahrten im klimatisierten Reisefahrzeug, qualifizierte permanente Reiseleitung durch African Bikers, Verpflegung wie im Reiseverlauf angegeben, alle Eintritte und Unternehmungen wie im Reiseverlauf angegeben, Gepäckträgergebühren:

Für Buchungen bis zum 16.04.21 2510,-€ (Frühbucherrabatt)

Für Buchungen ab dem 17.04.21 2590,-€

8 - 10 Teilnehmer

Wir freuen uns Euch in Namibia wiederzusehen oder kennenzulernen.



Sandra Bicker

- Yogalehrerin (BYV), unterrichtet Hatha Yoga
- Yogatherapie-Ausbildungen in Indien
- leitet Yoga Workshops und -ferien in Europa, Afrika und Asien
- praktiziert Yoga seit 2002

Kontaktdaten

Sandra Bicker
Mobil: +49 (0)151 253 944 30
E-Mail: sandra@yoga-natura.com

www.yoga-natura.com



African Bikers

seit 1993 Spezialist für Rad- und Wanderreisen in die schönsten Gegenden des südlichen Afrika

Kontaktdaten

Deutschland: +49 6221 6478 155
Südafrika: +27 214 88 3000
E-Mail: info@africanbikers.de

www.africanbikers.de