



## *Detailprogramm*

### Deutschland

Nordsee-Hotel Arlau-Schleuse:

Yoga im Nationalpark Wattenmeer

# Inhalt

Reisedetails.....	3
Allgemeine Beschreibung.....	3
Kur/Hausprogramm.....	3
Wohnen.....	3
Genießen.....	4
Umgebung.....	4
Enthaltene Leistungen.....	5
Wahlleistungen.....	5
Termine und Preise.....	5
Teilnehmerzahl.....	5
Reisedauer.....	5
Praktische Hinweise.....	6
Atmosfair / Anreise / Transfers.....	6
Versicherung.....	6
Umwelt.....	6
Bewusst reisen mit NEUE WEGE.....	6
Zeitverschiebung und Klima.....	6

# Reisedetails

## Deutschland

### Nordsee-Hotel Arlau-Schleuse: Yoga im Nationalpark Wattenmeer

- Mitten im Nationalpark Wattenmeer
- Natur, Ruhe und Entschleunigung
- Vogelbeobachtungen & geführte Deichwanderungen
- Regionale & saisonale Küche

#### Allgemeine Beschreibung



Inmitten des Nationalparks Wattenmeer mit direkter Lage hinter dem Deich befindet sich das Nordsee-Hotel Arlau-Schleuse. Entspannung, Herzlichkeit und Natur vereinen sich an diesem Wohlfühlort. Die Gastfreundschaft und der liebevolle Service des gesamten Teams laden dazu ein, vollkommen zur Ruhe zu kommen und zu entschleunigen. Genießen Sie bei langen Spaziergängen die frische Nordseeluft und den weiten Blick über die Nordsee.



#### Kur/Hausprogramm

Das Kursprogramm findet an sechs Tagen jeweils drei Stunden statt, aufgeteilt in zwei Einheiten. Genießen Sie wohltuende Yogastunden im lichtdurchfluteten Yoga-Raum mit Blick auf die Arlau. Übungsmatten stehen Ihnen vor Ort zur Verfügung. Während Ihres Aufenthaltes ist auch eine geführte Deichwanderung inkludiert. Dabei erhalten Sie Informationen zum Thema Deichbau und Klimadeich und bekommen außerdem Textstellen aus der Theodor Storm-Novelle "Der Schimmelreiter" vorgetragen.



#### Wohnen

Das Drei-Sterne-Hotel verfügt über insgesamt 47 Zimmer unterschiedlicher Zimmerkategorien, welche größtenteils frisch renoviert sind. Alle Zimmer verfügen über ein eigenes Bad, welches mit Dusche, WC und Föhn ausgestattet ist. Duschgel/Shampoo und Seife stehen Ihnen kostenfrei zur Verfügung. Ein Flat-TV sowie ein Safe und kostenfreies WLAN steht Ihnen in allen Kategorien zur Verfügung.





Die circa 12 qm großen Einzelzimmer haben alle einen Holfußboden und verfügen über ein klassisches Einzelbett. Die Standard-Zimmer sind etwa 16 qm groß und verfügen über ein Doppelbett.



Die Komfort-Zimmer sind etwa 20 qm groß und haben ein Doppelbett. In einigen Zimmern gibt es darüber hinaus eine Schlafcouch. Die Superior-Zimmer sind alle ebenerdig und circa 20 qm groß. Sie verfügen über ein Doppelbett und einen direkten Zugang zu einer kleinen Terrasse mit Strandkorb. Außerdem steht Ihnen in dieser Kategorie eine Senseo-Kaffeemaschine zur Verfügung.



## Genießen

Während Ihres Aufenthaltes erhalten Sie eine ausgewogene Halbpension. Hierbei wird großer Wert auf regionale und saisonale Köstlichkeiten gelegt. Morgens können Sie sich bei einem ausgiebigen Frühstück für den Tag stärken. Aufschnitt, Käse und Marmeladen aus der Region, Räucherfisch, frischer Obstsalat, verschiedene Eierspeisen und Jogurt sowie selbstgemachte Frühstückssalate, Brot und Brötchen vom örtlichen Bäcker und vieles mehr steht hier für Sie bereit.



Abends erhalten Sie ein Zwei-Gänge-Menü im hoteleigenen Restaurant "Deichgraf". Als Vorspeise erhalten Sie eine Suppe oder einen Salat und im Hauptgang können Sie zwischen zwei Gerichten wählen. Nach Voranmeldung ist eine vegetarische oder vegane Verpflegung möglich.



Bei schönem Wetter können Sie die Mahlzeiten auf der Terrasse am Fluss Arlau genießen. Ansonsten steht Ihnen der moderne Frühstücksraum mit Wintergarten und für das Abendessen eine der typisch nordischen Stuben zur Verfügung.

Im Deichkiosk in der Arlaustube können Sie kalte und warme Getränke sowie süße und herzhaft Snacks kaufen. Für Ausflüge oder für Ihre Heimreise können an der Rezeption Lunchpakete bestellt werden.

## Umgebung

Das Nordsee-Hotel Arlau-Schleuse ist gleichermaßen eine Ruhe-Oase und idealer Ausgangspunkt für Ausflüge in die Region. Für ausgedehnte Fahrradtouren ist die flache Landschaft in Nordfriesland wie gemacht. City-Bikes (12 € pro Tag), E-Bikes (28 € pro Tag) und Radkarten sowie Ferngläser (5 € pro Tag) für Vogelbeobachtungen können vor Ort ausgeliehen werden.

Oder wie wäre es mit einem Ausflug zu der nur 12 km entfernten Stadt Husum, einem Schiffsausflug zu den Inseln und Halligen oder in das Holländerstädtchen Friedrichstadt?



### Enthaltene Leistungen

7 Übernachtungen im geteilten Doppelzimmer Standard, vorbehaltlich Gegenbuchung • 7x reichhaltiges Frühstücksbuffet • 7x 2-Gänge-Menü, wahlweise vegetarisch oder vegan • An 6 Tagen jeweils 3 Stunden Yoga, aufgeteilt in 2 Einheiten • Kursleitung durch Tanja Schmidt • Eine geführte Deichwanderung • NEUE WEGE Informationsmaterial

### Wahlleistungen

- Reiseversicherung (Preis auf Anfrage)
- Bahnticket (Preis auf Anfrage)

### Termine und Preise

Die detaillierten Kurstermine und Preise finden Sie auf unserer Website unter: [www.neuwege.com/DEG48](http://www.neuwege.com/DEG48)

### Teilnehmerzahl

Mindestens 6, höchstens 15

### Reisedauer

8 Tage

# Praktische Hinweise

## Atmosfair / Anreise / Transfers

Mit dem Zug können Sie bequem zum Bahnhof Husum reisen. Von dort können wir Ihnen einen Transfer zum Hotel organisieren. Die Kosten von 80 Euro (Hin- und Rückfahrt) sind zahlbar vor Ort. Wenn Sie mit dem Auto anreisen möchten, steht Ihnen ein kostenfreier Parkplatz zur Verfügung.



## Versicherung

Wir empfehlen Ihnen dringend eine Reiserücktrittskosten-Versicherung abzuschließen. So sind Sie finanziell geschützt, falls Sie Ihre Reise aus gutem Grund doch nicht antreten können. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit bei Bedarf eine Reisegepäck- und Soforthilfe-Versicherung abzuschließen. Die gewünschten Versicherungen können Sie entweder direkt bei der Buchung, oder auch nachträglich bei NEUE WEGE buchen. So können Sie sich ganz beruhigt auf den Urlaub freuen. Bitte beachten Sie im Einzelnen die Versicherungsbedingungen.

## Umwelt

### Nachhaltigkeit im Nordsee-Hotel Arlau-Schleuse

Seit Herbst 2023 ist das Nordsee-Hotel Arlau-Schleuse Partner der Schutzstation Wattenmeer und deshalb sind folgende Punkte besonders wichtig: Regionale Wirtschaftskreisläufe und die Nutzung saisonaler heimischer Waren, so wird die Umwelt durch die kurzen Transportwege entlastet. Ökologisch erzeugte Lebensmittel tragen zur Schonung der Landschaft und Umwelt bei. Es werden umweltfreundliche Wasch- und Reinigungsmittel, Farben und Pflanzenschutzmittel verwendet. Die Gehwege und Terrassen werden mit

Wasserdampf gereinigt, ganz ohne Einsatz von Chemikalien. Wasserspareinrichtungen sind an Handwaschbecken, Toiletten und Duschen montiert, diese sparen bis zu 40% des vorherigen Wasserverbrauchs. Für jede nicht genutzte Zimmerreinigung spendet das Hotel 1€ an die Seehundstation Friedrichskoog.

### Nachhaltigkeit auf Reisen:

Jeder noch so kleine Beitrag ist sehr wertvoll und kann helfen die natürlichen Ressourcen zu schonen. Wasser und Elektrizität sind in vielen Ländern ein knappes Gut. Durch einen sparsamen Umgang mit diesen Ressourcen unterstützen Sie eine nachhaltige Entwicklung. Beim Einkauf können Sie durch die Mitnahme eines Stoffbeutels den Gebrauch von Plastiktüten umgehen. So können Sie helfen, das Plastikaufkommen zu reduzieren.

## Bewusst reisen mit NEUE WEGE

### Mit NEUE WEGE reisen Sie nachhaltig!

Corporate Social Responsibility (CSR) beschreibt die unternehmerische Verantwortung für eine nachhaltige Entwicklung. Diese bezieht sich auf das wirtschaftliche Handeln eines Unternehmens, auf umweltbezogene Aspekte bis hin zu sozialen Beziehungen und Strukturen. Das Tourcert-Siegel, das von einem unabhängigen Zertifizierungsrat TourCert (Experten aus Tourismus, Wissenschaft, Umwelt, Entwicklung & Politik) vergeben wird, gibt Auskunft über die Wesentlichkeit und Überprüfbarkeit der nachhaltigen Entwicklung bei Touristikunternehmen. Nachhaltigkeit ist schon seit Firmengründung elementarer Bestandteil der NEUE WEGE Firmenphilosophie. Wir haben die CSR-Initiative ergriffen und geben Ihnen, als verantwortungsvollem Urlaubsgast, Orientierungshilfe und schaffen mehr Transparenz zum Thema Nachhaltigkeit. Seit Erhalt des CSR-Siegels in 2009 verfasst NEUE WEGE einen Nachhaltigkeitsbericht zur Dokumentation aller CSR-Aktivitäten. **Sehen Sie selbst und lesen Sie mehr im NEUE WEGE Nachhaltigkeitsbericht unter: [www.neuewege.com/csr](http://www.neuewege.com/csr)**

## Zeitverschiebung und Klima

An der Nordsee können Sie mit einem recht gemäßigten Klima rechnen. Es gibt dementsprechend mäßig warme Sommer und recht milde Winter. Durch das Meer herrschen hier das ganze Jahr über recht ausgeglichene Temperaturen, extreme Werte gibt es sehr selten. Im Sommer steigt das Thermometer auf durchschnittlich

20 Grad. Im Winter fallen die Temperaturen dafür für gewöhnlich nur nachts unter null. Schnee gibt es an der Nordsee recht selten.

An der Nordsee herrscht das sogenannte Reizklima, das sich aus unterschiedlichen Faktoren wie UV-Strahlung, Salz, Temperatur und Luftfeuchtigkeit zusammensetzt.

Durch eine bestimmte, relativ komplexe Zusammensetzung reizt es den Körper und schont ihn gleichzeitig. Ein Aufenthalt an der Nordsee ist dadurch sehr erholsam und gesund. Besonders für Atemwegskrankheiten ist ein Aufenthalt an der See sehr empfehlenswert.



## Ihre persönliche Beratung



Julia Eger  
Beratung & Verkauf Europa  
j.eger@neuwege.com  
+49 2226 1588-116



NEUE WEGE GmbH  
Am Getreidespeicher 11, 53359 Rheinbach  
+49 (0)2226 1588-00  
info@neuwege.com

  @neuewegereisen

[www.neuwege.com](http://www.neuwege.com)

