

# Rohkost-Wandern (5 Nächte)

## GESUNDHEITSBEWUSSTE AB 18 JAHRE

Sie wandern gerne und legen dazu noch Wert auf gesunde Ernährung? Dann nutzen Sie unser Angebot ROHKOST-WANDERN, welches neben verschiedenen geführten Wanderungen durch die sagenhaften Landschaften des Harzes auch die gesunde Ernährung mit rohem Obst und Gemüse beinhaltet.

Die rohköstliche Verpflegung sorgt für wertvolle Vitamine, die das Wohlbefinden stärken und den Selbstheilungsprozess aktivieren. Die „kalorienarmen“ Tage können als Auszeit für Geist und Seele angesehen werden.

Die Bewegung an der frischen Luft unterstützt die körperliche Reinigung und trägt dazu bei, dass Sie entspannter und ruhiger werden, zu mehr Lebensfreude finden und neuen Elan entwickeln.

So bunt wie unsere Rohkostteller ist auch das Programm. Begleitet von Mythen und Sagen erkunden Sie bei vier geführten Wanderungen (ca. 10 bis 15 km) die schönsten Gebiete des Harzes wie beispielsweise die Rosstrappe und den Hexentanzplatz.

Am Morgen bieten wir Stretching, Gymnastik oder Yoga als Einstimmung auf die bevorstehende Wanderung an. Nach einem erlebnisreichen Tag verbringen Sie den Abend mit netten Gesprächen am Lagerfeuer, bei einem guten Buch, in der nahen Bodetal Therme oder bei einer belebenden Massage. Natürlich erfahren Sie auch viel zum Thema Ernährung und lernen das eine oder andere rohköstliche Rezept kennen.

Neben Rohkost und Bewegung bleibt natürlich auch noch Zeit für individuelle Erholung. Rings um das Bodetal laden Hallenbäder, Saunen, Museen und vieles mehr zu einem Besuch ein.

## ALLGEMEINE HINWEISE

- Alle notwendigen Informationen zur Wandervorbereitung erhalten Sie mit Ihrer Buchungsbestätigung.
- Sie haben die Möglichkeit vor Reisebeginn gegen Zahlung einer angemessenen Entschädigung oder ggf. einer vom Reiseveranstalter verlangten Entschädigungspauschale jederzeit vom Vertrag zurückzutreten. Wir verweisen insoweit auf Ziffer III.2. unserer Reisebedingungen.
- Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittskostenversicherung oder einer Versicherung zur Deckung der Kosten einer Unterstützung einschließlich einer Rückbeförderung bei Unfall, Krankheit oder Tod.
- Die Pauschalreise ist nicht für Personen mit eingeschränkter Mobilität geeignet (für detaillierte Informationen unter Berücksichtigung Ihrer individuellen Bedürfnisse können Sie uns jederzeit kontaktieren).
- Bei Erhalt der Buchungsunterlagen, spätestens mit Erhalt des Reisesicherungsscheins, sind als Vorauszahlung 20 % des Reisepreises und die Restsumme spätestens bei Abreise aus der Jugendherberge fällig, sofern im Belegungsvertrag / der schriftlichen Zusage nichts Abweichendes vereinbart wird.
- Bestandteile der Reiseleistungen (z.B. Stadtrundgänge, Besichtigungen, Führungen etc.) werden als Teil einer Gruppe erbracht, die ungefähre Gruppengröße beträgt ca. 30 Personen.
- Die erbrachten Leistungen finden in deutscher Sprache statt.

Onlineversion des Angebots: [www.jugendherberge.de/reisen/2444](http://www.jugendherberge.de/reisen/2444)

## Information & Buchung:

Jugendherberge Thale,  
Waldkater 1  
6502 Thale

+49 3947 2881  
@thale@jugendherberge.de

## Reiseveranstalter:

DJH-Landesverband Sachsen-Anhalt e.V.  
Leiterstr. 10  
39104 Magdeburg

+49 391 53210-36  
@sachsen-anhalt@jugendherberge.de

## Leistungen

- ✓ 5 Ü / VP  
Verpflegung mit frischem Obst & Gemüse in Salatform  
Säfte & Tees
- ✓ Rahmenprogramm  
vier geführte Wanderungen  
Eintritt in die Bodetal Therme (3 Std.)
- ✗ Kurtaxe der Stadt Thale  
Handtücher (Ausleihe möglich)  
Zuschläge für Zimmer mit Dusche / WC sowie für Einzel- oder Doppelzimmer

## Termine & Preise

17. 11. 2020 – 22. 11. 2020

- 👉 **5 Übernachtungen mit Vollpension,**  
Doppelzimmer mit Waschgelegenheit  
ab 18 Jahre: 356,50 € pro Person

17. 11. 2020 – 22. 11. 2020

- 👉 **5 Übernachtungen mit Vollpension,**  
Bett / en im Mehrbettzimmer  
ab 18 Jahre: 339,00 € pro Person

17. 11. 2020 – 22. 11. 2020

- 👉 **5 Übernachtungen mit Vollpension,**  
Einzelzimmer mit Waschgelegenheit  
ab 18 Jahre: 374,00 € pro Person

24. 01. 2021 – 29. 01. 2021

21. 02. 2021 – 26. 02. 2021

- 👉 **5 Übernachtungen mit Vollpension,**  
Doppelzimmer mit Waschgelegenheit  
ab 18 Jahre: 389,50 € pro Person

24. 01. 2021 – 29. 01. 2021

21. 02. 2021 – 26. 02. 2021

- 👉 **5 Übernachtungen mit Vollpension,**  
Bett / en im Mehrbettzimmer  
ab 18 Jahre: 365,00 € pro Person

24. 01. 2021 – 29. 01. 2021

21. 02. 2021 – 26. 02. 2021

- 👉 **5 Übernachtungen mit Vollpension,**  
Einzelzimmer mit Waschgelegenheit  
ab 18 Jahre: 414,00 € pro Person

## Teilnehmerzahl

Mindestens 10 Teilnehmer