

# Mediterrane Tänze, Wandern und Whale Watching auf der Kanareninsel La Gomera

13.-22.März 2017 im Valle Gran Rey, La Gomera, Kanarische Inseln



## La Gomera – die glückselige Insel des ewigen Frühlings

Das Valle Gran Rey ist das beliebteste Reiseziel auf La Gomera, trotzdem kann man in diesem verträumten Tal noch Urlaub abseits vom Massentourismus verbringen.

Noch immer spürt man das alte Hippieflair im „Tal des großen Königs“, wo sich in den 70/80er Jahren die Aussteiger und Blumenkinder niedergelassen haben. Und noch heute findet man dort eine entspannte Mischung aus Aussteigern, Alt- und Junghippies, die am Strand Feuerspiele oder Trommeleinlagen vorführen, naturverbundenen Wanderern, Delfin- und Walfans sowie Gomereros, wie die Insulaner genannt werden.

Es gibt unzählige kleine Bars, Restaurants und Cafés, in denen man für relativ wenig Geld sehr gut essen kann.

Jeden Morgen gibt es eine Stunde Tanz und Meditation am Meer und danach frühstücken wir gemeinsam in einem netten Café.

An fünf Tagen findet der Tanzworkshop statt und wir werden außerdem gemeinsam Wandern und die faszinierenden Delfine und Wale aus nächster Nähe erleben.



- . Unterbringung im Paradiesgarten oder Casa Heidi wenige Minuten zu Fuß vom Meer.
- . Tanz-Workshop an 5 Tagen (à 2 Stunden) im Paradiesgarten
- . Morgens eine Stunde Tanz und Meditation am Meer, (8 Tage)
- . eine Wandertour in den Nationalpark
- . eine Whale Watching Ausfahrt
- . am letzten Abend gemeinsames Picknick mit Musik am Strand
- . auf Anfrage Massagen, Yoga, Kajakverleih, Mountainbiking u.a. Aktivitäten

## Unterkünfte

Wir haben zwei wunderschöne Unterkünfte im unteren Tal für Euch gefunden, jeweils nur wenige Minuten vom Strand entfernt. Den Paradiesgarten, in dem wir auch tanzen werden und Casa Heidi - beide mit Sonnenterasse und Meerblick.

## Verpflegung

Morgens frühstücken wir gemeinsam in einem netten Café. Die weiteren Mahlzeiten kann jeder frei gestalten. Im Dorf gibt es verschiedene Cafés und Restaurants. Außerdem gibt es Supermärkte und Bioläden in Laufentfernung. Die Verpflegung ist nicht im Workshoppreis enthalten!

**Flüge nach Teneriffa SÜD** (nicht Nord!) findet man auf [www.skyscanner.de](http://www.skyscanner.de) oder [www.momondo.de](http://www.momondo.de) Nicht nach ca. 16 Uhr am 13.3. ankommen und nicht vor ca. 12 Uhr am 22.3. abfliegen, damit man den Fährtransfer schafft!

## Transfer

Es gibt einen direkten Transfer vom Flughafen Teneriffa Süd (Teneriffa Nord auf Anfrage ebenfalls möglich) zur Unterkunft inklusive Bus auf Teneriffa und Gomera sowie Fahrtickets.

## Hier ein Überblick über die gesamten Kosten:

**395€ Tanzworkshop** (Tanzworkshop an 5 Tagen und Tanz/Meditation am Morgen an 8 Tagen)

**ab 20€ pro Nacht** im Doppelzimmer, Übernachtung im "Paradiesgarten" oder "Casa Heidi", Einzelzimmer oder Viererzimmer auf Anfrage

**90 €** Transfers Flughafen-Unterkunft-Flughafen inkl. Bustransfers und Fähre

**32€** 1x Wandertouren, ca. 4 Stunden – man kann am freien Tag weitere Touren buchen

**40€** 1x Whale Watching Tour, ca. 4 Stunden – man kann am freien Tag weitere Touren buchen

**Außer dem Tanzworkshop werden alle Kosten vor Ort bezahlt.**

**Anmeldung:** [www.tarantella-scalza.de](http://www.tarantella-scalza.de)  
[mail@tarantella-scalza.de](mailto:mail@tarantella-scalza.de)  
**Unterkunftsbuchung und Anreisetipps:**  
<http://www.lamar-reisen.de/>  
<http://www.paradiesgarten.es> <http://www.gomeralive.de/casa-heidi>

## Tarantella u.a. Rituelle Mediterrane Tänze mit Margherita D'Amelio

In der Zeit, als der Mittelmeerraum noch von Göttern und Geistern bevölkert wurde und man sich als Mittelpunkt eines magischen Universums glaubte, hatte der Tanz eine wesentliche rituelle Bedeutung. Mittels des Tanzes wurde die kosmische Ordnung wiederhergestellt. Wir begeben uns gemeinsam auf die Suche nach den ursprünglichen Heilkräften des Tanzes. Durch die Bewegung wird die geistige Wahrnehmung gestärkt und kreative Fähigkeiten werden freigesetzt. Jeder Teilnehmende wird zum Schöpfer seiner eigenen Darbietung. Wir werden im Kreis und als Paar tanzen und voller Lebensfreude die mediterranen Rhythmen in uns aufnehmen.

Workshop-Leiterin Margherita D'Amelio, geboren in Apulien, Italien, lebt und arbeitet seit 1987 in Berlin. Sie ist die Gründerin der Tanzgruppe „TarantaScalza“, mit der sie bei Festivals und Tanzfesten die verschiedenen Formen der Tarantella aufführt. Neben ihren Auftritten bietet sie bundesweit Tanz-Kurse und Workshops an. Sie ist ausgebildete Physiotherapeutin und Lehrerin für Tanztherapie und Qi Gong.

## Wandern im Nationalpark

Beim Wandern auf La Gomera erschließt sich die Insel auf besonders intensive Weise. Über alte Eselpfade, kleine Wanderwege und gemütliche Forstwege erreicht man die schönsten Plätze der Insel, vorbei an imposanten Felsmassiven, tiefen Schluchten oder durch den berühmten Lorbeerwald, der aufgrund der hier fehlenden Eiszeit noch existiert. Wir werden eine geführte Wanderung in den Nationalpark Garajonay unternehmen, der seit 1986 als Weltnaturerbe unter dem Schutz der UNESCO steht. Das Herzstück des Nationalparks besteht aus immergrünem Nebelwald mit bis zu zwei Meter hohen Farnen, von den Bäumen hängenden langen Flechten und moosbewachsenen, knorrigen Ästen.

## Sanftes Whale Watching

Die Kanarischen Inseln sind europaweit eins der besten Reviere zum Beobachten von Delfinen und Walen. Über 20 verschiedene Arten wurden hier schon gesichtet und auch Großwale kommen immer wieder vorbeigezogen. Auf einem kleinen traditionellen kanarischen Fischerboot werden wir gemeinsam in See stechen und wollen die Meeressäuger dabei nicht stören, sondern sie in ihrem natürlichen Element beobachten. Oft suchen die Delfine die Nähe zu uns, kommen zum Boot und reiten sogar in der Bugwelle.

