

Irland



Energy Tour – Irischen Kraftfeldern auf der Spur



Wander- und Selbsterfahrungsreise in Irland

10 Tage (ohne Anreise)

- ☀ **Schamanisches Wasserritual an prächtigen Wasserkaskaden**
- ☀ **Sich bei Natur-Zeremonien neu erleben und Ruhe finden**
- ☀ **Zweitägiger Insel-Retreat auf der Energie-Insel Inishbofin**

Termin und Reisepreis (pro Person im DZ)

10.05. - 19.05.2018	1.990 €
14.06. - 23.06.2018*	2.060 €

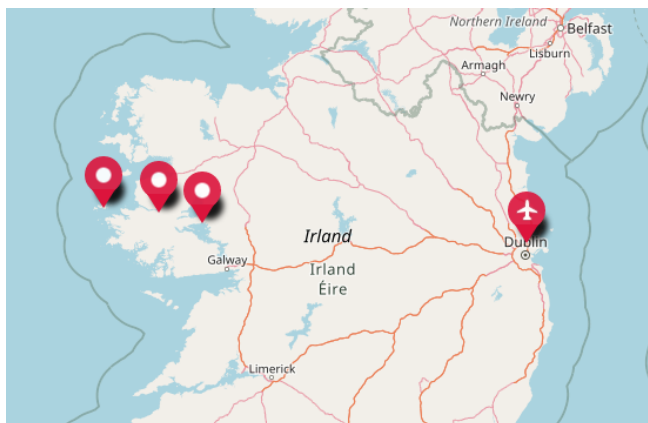
Einzelzimmer-Zuschlag: 195 € / * 240 €

Gruppengröße: 6-8 Personen

Anforderung an die Kondition: Mittel

Im Reisepreis enthalten

- 9 Übernachtungen im Doppelzimmer mit Dusche/WC, davon 3 in einem 3-Sterne-Guesthouse in Cong (County Mayo), 3 in einem 2-Sterne-Hotel auf der Insel Inishbofin (County Galway) und 3 in einem 3-Sterne-Guesthouse in Leenane in Connemara (County Galway)
- 9x Frühstück und 9x Abendessen in den Unterkünften (Halbpension)
- Sämtliche Fahrten ab/bis Flughafen Dublin per Minibus durch den Reiseleiter
- Fahrticket nach Inishbofin und zurück
- Wander- und Ausflugsprogramm wie beschrieben
- Reiseleitung und Durchführung aller Rituale durch den erfahrenen Reiseleiter, Therapeuten und Erlebnispädagogen Tim Pagalies



Karte hergestellt aus OpenStreetMap-Daten/ Lizenz: Open Database License (ODbL)/ Courtesy of OpenStreetMap.de

Grüne Hügel und überall Wasser, das aus der Erde emportritt. Sumpfige Moorlandschaften paaren sich mit riesigen fischreichen Seen. Wolkenberge, die die Berge küssen, verschlafende Dörfer und ein beständiges "Mäh", das die unzähligen Schafe in die Landschaft schallen – das ist der tiefe Westen Irlands: Connemara. Auf den Wanderungen in dieser einzigartig beruhigenden Landschaften der irischen Westküste begegnen wir Kraftorten, die Kelten und Christentum gleichermaßen anzogen. Hier taucht man ein, in die Tiefe Natur-Spiritualität unserer Vorfahren und erfährt, wie die Natur uns hilft, ein gesundes Leben im Innen und Außen zu führen.



Reisebeschreibung

Diese besondere Reise verbindet das Wandern in der wunderbaren Landschaft des nordwestlichen Irlands mit vielen Momenten und Übungen, Entspannung bewusster und somit erlebbarer zu machen. Diese Wanderreise bringt uns zu Orten, an denen die Kelten schon vor über 2000 Jahren die Heilkräfte und Energien der Natur nutzten. Sie hatten ein reiches Wissen um die heilende Verbindung zur Natur und ihrer Elemente.

Der schamanische Wissensschatz wird über liebevoll zelebrierte Naturzeremonien, die aus unterschiedlichen schamanischen Kulturen stammen, erlebbar gemacht und entführt in eine Zeit, in der die Menschen sehr verbunden mit der Natur lebten. Manche dieser alten Bräuche gingen auch in das Christentum in Irland ein und verbanden sich mit ihm. Wir kommen bewusst zur Ruhe und tanken Energie.

Reiseablauf (Änderungen vorbehalten)

1. Tag: Das Ankommen – Anreise nach Cong

Individuelle Anreise nach Dublin bis zum frühen Nachmittag (nicht im Reisepreis enthalten). Nach der Begrüßung durch den Reiseleiter am Flughafen Dublin brechen wir auf in den Westen Irlands nach Cong, auf der ca. 3,5-stündigen Fahrt im Minibus findet ein erstes Kennenlernen der Teilnehmer statt. Je nach Ankunftszeit bietet sich die Gelegenheit, einen ersten Rundgang durch den idyllischen Ort Cong zu machen. Abends nach dem Essen wird ein ausführlicher Ausblick auf die kommende Tour gegeben.

2. Tag: Die Geschwindigkeit – eine Bergwanderung

Nach dem Frühstück wandern wir vom Hotel aus auf einen sehr schön gelegenen Berg, der schon für die alten Kelten ein besonderer Anziehungspunkt war. Auf dem Weg zum Gipfel widmen wir uns dem Thema „Geschwindigkeiten“. Die Geschwindigkeiten, die wir annehmen und die wir leben. Wir schauen auf unser aktuelles Tempo und probieren, ob andere Geschwindigkeiten angenehmer sind. Dabei geht es nicht nur darum, wie schnell wir gehen, sondern auch darum, wie schnell die Gedanken wechseln. Vom Gipfel aus bietet sich uns dann ein wundervolles Panorama auf die weite Landschaft und die Seen des Joice Country. Dort machen wir ein ausgiebiges Mittagspicknick. Ein kleines Gruppenritual lässt uns bewusst an diesem Ort ankommen und gibt uns frische Energie für die weitere Wanderung.
(ca. 12 km, ca. 400 Höhenmeter HM aufwärts und abwärts)

3. Tag: Hell und Dunkel

Nach einem ausgiebigen Frühstück bringt uns ein Kurztransfer zu einem sehr gut erhaltenen Steinkreis, um diesen sich natürlich einige Mythen und Legenden ranken. Nach einer kleinen geschichtlichen und mythologischen Einführung werden wir mit natürlichen Gaben zusammen ein Bild inmitten des Kreises legen. Dies ist eine Gabe an Mutter Natur, die uns für diese Reise mit der Natur und dieser Gruppe verbindet. Nach dem Ritual kehren wir gemeinsam zurück nach Cong und essen dort zu Mittag.

Am Nachmittag besichtigen wir zunächst die nahegelegene Cong Abbey mit frühgotischer Kirche und erfahren etwas zu ihrer Geschichte. Durch den hübschen Klostersgarten kommen wir bald zu den Ausläufern des Cong Forests mit seinen sehr alten imposanten Bäumen und wildwuchernden Moosen. Unsere Wanderung führt uns zu einer einsam gelegenen Höhle, in der wir erfahren, wie zu keltischer Zeit mit den Kräften des Unterbewusstes gearbeitet wurde. Wir sind eingeladen mithilfe eines Rituals alten Ballast zu verabschieden und freier in kommende Aufgaben zu gehen.
(ca. 12 km, ca. 5 Std., ca. 50 HM aufwärts und abwärts)

4. Tag: Kraftquellen / Unterkunftswechsel

Auf der Fahrt nach Cleggan machen wir halt an einer alten, unscheinbar am Weg gelegenen Heilquelle. Einheimische berichten von ihrer wahren Wunderdinge. Von Cleggan nehmen wir die Fähre zur Atlantikinsel Inishbofin, der „Insel der weißen Kuh“. Nach dem Beziehen des Hotels und einem stärkenden Lunch, erwandern wir uns Cleggans mystische Landschaft. Der Weg führt uns zu einer weiteren, versteckt gelegenen Heilquelle, an der Einheimische manchmal Gaben ablegen. Sie glauben fest an diesen Ort der Besinnung. Eine ausgiebige Meditation lässt uns innerlich eine Verbindung zu unseren „Kraftquellen“ herstellen. Ein Ritual mit „Kraftsteinen“ am nahe gelegenen Strand gibt uns die Möglichkeit, die eigenen Kraftquellen im Leben fester zu verankern.
(ca. 6 km, ca. 50 HM aufwärts und abwärts)

5. Tag: Die Stille

Kleine Inseln wirken seit jeher als Orte des Rückzugs und der Besinnung. Umspült von den wilden wirren Kräften des Meeres, konzentriert sich dort die Kraft und Ruhe auf ein kleines Fleckchen Erde. Diese wunderbare Kraft von Inishbofin gibt uns heute die Möglichkeit eines kleinen „Retreats“ (engl.: Rückzug). Während des Wanderns begeben wir uns heute immer wieder in Stille. Aufkommende Gedanken und Bilder lassen sich so deutlicher wahrnehmen. Wir nehmen uns die Zeit, die einzigartige Natur dieser Insel zu erlaufen und dort in Stille deren Wirkung und Energie aufzunehmen. In der Stille lassen sich aufkommende Gedanken und Bilder sehr viel deutlicher wahrnehmen. Wir achten darauf, was die Natur in uns auslöst und verändert, welche neuen Potentiale sie womöglich freisetzt. Am Ende des Wandertages tauschen wir uns gemeinsam über unsere Erfahrungen aus.
(ca. 12 km, ca. 150 HM aufwärts und abwärts)

6. Tag: Eine Auszeit

Auf dieser wunderschönen Insel nehmen wir uns einen Tag der Auszeit. Wir bekommen die Möglichkeit, die gemachten Erfahrungen in Ruhe zu verarbeiten und uns dabei noch weitere Teile der Insel anzuschauen. Es gibt einige lohnenswerte Wanderungen zu entlegenen Plätzen und Stränden. Oder aber man leiht sich ein Fahrrad aus und entdeckt die Umgebung auf diese Weise. Der Reiseleiter Tim Pagalies hält dafür und auch für eine andere Tagesgestaltung alle Informationen bereit.

7.Tag: Mein innerer Berg / Unterkunftswechsel

Wir verlassen Inishbofin wieder und fahren zum Berg Croagh Patrick. Dieser Berg strahlt eine besondere Anziehungskraft aus. Früher ein heiliger Berg der Kelten, ist er bis heute ein wichtiger Wallfahrtsort der Christen. Auf dem Weg bis zum Gipfel des Berges können wir diese besondere Reise durch Irland und das Erlebte nochmal innerlich Revue passieren lassen. Um sich dafür einzustimmen, verhilft eine Meditation am Fuße des Berges. Angekommen auf dem Gipfel, genießen wir die atemberaubende Aussicht über eines der schönsten Küstenpanoramen Irlands.

(ca. 10 km, 765 HM)

8.Tag: Meine Vision

Alle, die noch etwas müde Beine vom Vortag haben, werden sich freuen. Die heutige Wanderung geht ohne große Höhenunterschiede am malerischen Killary Fjord entlang. Ein kurzer Transfer bringt uns zum Ausgangspunkt der Wanderung.

Immer den Killary Fjord im Blick, laufen wir bis zu einem abgelegenen Fischerdorf, in dem Ludwig Wittgenstein oft einen Freund besuchte. Hier fand er die Ruhe, um seine bekannten Texte zu verfassen. Wir tauchen ganz in diese Ruhe dieser Landschaft ein und wenden uns innerlich unserer Zukunftsvision zu.

Was sind meine Träume und Ideen für meine Zukunft? Was muss ich dafür verwirklichen?

Ein tiefgreifendes Visionsritual am Killary Fjord baut uns eine innere Brücke zu unserer Vision und macht uns deutlich, was nun zu tun ist. Auf dem Weg zurück genießen wir die wunderschönen Ausblicke auf die Landschaft und unseren kommenden Lebensweg.

(ca. 12 km, ca. 50 HM)

Tag 9: Loslassen

Am letzten Tag wartet noch ein besonderes Highlight auf uns. Wir wandern zu einem einsam gelegenen Wasserfall. Dieses Gebiet am einzigen Fjord Irlands ist durchzogen von Flüssen, Bächen, Quellen und unterirdischen Wasserläufen, die wie Adern diesen Fleck Erde mit Leben versorgen. Ein Ritual wird uns helfen, Sorgen und Ängste abzulegen und mit Optimismus an neue Aufgaben heranzugehen.

Der weitere Weg führt uns über die grünen Hügelketten oberhalb des Fjords. Belohnt mit zahlreichen schönen Ausblicken, begeben wir uns zu einem freundschaftlichen Abschiedsritual, das uns bewusst von allen Weggefährten Abschied nehmen lässt.

(ca. 11 km, ca. 600 HM)

Tag 10: Rückreise zum Dublin Airport

Nach dem Frühstück fahren wir zurück zum Flughafen in Dublin. Während des Transfers bleibt uns noch ein wenig Zeit, der irischen Musik zu lauschen und vielleicht zu sagen: Good bye Irland. Ich komme wieder!

Unterkunft und Verpflegung

Die ersten 3 Nächte verbringen wir im Zentrum des idyllischen Ortes Cong im County Mayo. Unser kleines 3-Sterne-Guesthouse bietet schlichte, aber stilvolle Zimmer, die frisch renoviert sind und liegt direkt zwischen den beiden Seen Lough Mask und Lough Corrib. Die folgenden 3 Nächte wohnen wir auf der kleinen Atlantikinsel Inishbofin in einem einfachen, liebevoll geführten 2-Sterne-Hotel in naturnaher Lage mit einmaligem Blick auf das Meer und die benachbarten Inseln. Die letzten 3 Nächte sind wir in einem komfortablen 3-Sterne-Guesthouse in Leenane am Ufer des Killary Harbours untergebracht, dem einzigen Fjord Irlands.

Verpflegung: Vor den Wanderungen werden wir in unseren Unterkünften mit einem reichhaltigen Frühstück verwöhnt. An allen Tagen genießen wir Halbpension.

Reiseleitung

Tim Pagalies

Tim Pagalies ist Sozial-, Theater- und Erlebnispädagoge und seit einigen Jahren auch als Reiseleiter tätig. Dabei bringt er seine Wanderleidenschaft ebenso ein wie seine energie- und körpertherapeutischen Erfahrungen, die er mit dem bewussten Erleben der Natur und der natürlichen Kräfte und Energien verbindet. Die Natur „zeigt uns, wer wir wirklich sind und was uns in diesem Leben bewegt und begleitet.“

Anforderungen an die Kondition: **Mittel**

6 Wanderungen von 6 bis 12 km Streckenlänge und 50 bis 765 Höhenmetern aufwärts und abwärts mit Gehzeiten von 1,5 bis 5 Stunden. Bei Nässe kann es rutschige Wegstrecken geben.



Nicht im Reisepreis enthalten

- Mittagessen
- Hin- und Rückreise nach/von Irland (Flughafen Dublin)

Anreise

Nicht im Reisepreis enthalten. Start und Ende der Reise am Flughafen Dublin.

Abfahrt am Anreisetag vom Dubliner Flughafen um ca. 14:30 Uhr. Rückkehr am Abreisetag gegen 14 Uhr

Flugbuchung in Eigenregie oder Vermittlung durch Lupe Reisen.

Vorschlag freiwillige atmosfair-Spende (www.atmosfair.com):

Für die Flüge von Frankfurt nach Dublin und zurück entstehen klimarelevante Emissionen von ca. 487 Kg CO₂ pro Person. Mit 12 € pro Person können Sie zur Entlastung unseres Klimas beitragen.

Teilnahme-Voraussetzung

Diese Reise ist für Menschen mit Behinderung oder mit eingeschränkter Mobilität nicht geeignet.

Vertragsbedingungen

Letzte Rücktrittsmöglichkeit des Veranstalters bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl: 21 Tage vor Reisebeginn.

Anzahlungshöhe: 20% des Reisepreises. Restzahlung fällig: 21 Tage vor Reisebeginn.

Veranstalter

Lupe Reisen

