

## Reiseinformationen

Liebe Freunde,

unsere Lebensstil-Woche „Achtsam leben – Proaktive und werteorientierte Lebensführung“ findet in den *Gärten des Poseidon (Giardini Poseidon)* in der malerischen *Citara*-Bucht nahe bei der Stadt *Forio* auf der Insel *Ischia* im Golf von *Neapel* statt. Im Internet könnt Ihr Euch weiter informieren [www.giardiniposeidon.it](http://www.giardiniposeidon.it)

### Zielflughafen

Der Zielflughafen ist Neapel. Bitte beachtet bei der Buchung Eurer Flüge, dass Ihr nicht zu spät ankommt, denn Ihr müsst ja noch auf die Insel weiterreisen. (Das gleiche gilt für den Abflug, der nicht zu früh erfolgen sollte ...)

### Transfer

Vom Flughafen aus nehmt Ihr ein Flughafentaxi zum neapolitanischen Schnellboothafen *Molo Beverello*. Die Fahrt dauert 15 bis 20 Minuten und kostet € 25 bis 30. Achtet darauf, dass Ihr zu den Schnellbooten (italienisch: *aliscafo*) gebracht werdet. Nicht, dass Ihr bei den Autofähren oder den Kreuzfahrtschiffen abgesetzt werdet. Deshalb die korrekte Anweisung an den Taxifahrer: „Molo Beverello Aliscafi“. Dort findet Ihr eine große Anzeigetafel mit den Abfahrtszeiten, den Zielorten der Schnellboote und den Schiffgesellschaften.

Unser bevorzugter Zielort auf Ischia ist *Forio*, das am nächsten zur *Citara*-Bucht liegt. Die zweite Wahl ist *Casamicciola*. Am weitesten von der *Citara*-Bucht entfernt ist *Ischia Porto*, der Hauptort der Insel, aber eben noch 30 Minuten mit dem Taxi von der *Citara*-Bucht entfernt. Achtet auf die jeweilige Schiffgesellschaft und kauft die Tickets am jeweiligen Schalter. Wichtig: Auch für jedes große Gepäckstück (italienisch: *bagaglio*) muss ein Ticket gekauft werden.

Auf Ischia angekommen nehmt Ihr ein Taxi zu Eurem Hotel.

Wer unbedingt will, kann einen Transfer vom Flughafen zum Hotel buchen. Allerdings dauert dann die Überfahrt mit der Autofähre doppelt so lange. Es kann auch sein, dass Ihr zwei Stunden auf die nächste Fähre warten müsst. Sagt bei Eurer Hotelbuchung Bescheid. Das Hotel organisiert dann den Transfer für Euch.

### Hotels

Ich empfehle Euch, ein Hotel in der *Citara*-Bucht zu buchen. Dann könnt Ihr die *Giardini Poseidon* leicht zu Fuß erreichen. Das gleiche gilt für zwei, drei gute Restaurants zum Abendessen. Mit dem Bus oder Taxi könnt Ihr von der *Citara*-Bucht aus die Insel erkunden.

Achtet darauf, ob Ihr Halbpension buchen wollt. Beim Abendessen im Hotel ist man dort gebunden.

In der Regel verabreden sich immer Teilnehmergruppen zum Abendessen in einem der guten Restaurants. Mich findet Ihr meistens bei Antonio im Restaurant *Sirena del Mare*.

Meine erste Wahl wäre das *Hotel Residence Casa del Sole* [www.hotelcasadelsole.it](http://www.hotelcasadelsole.it) Es ist sehr sauber und hat 2-Sterne-Qualität. Ein Zimmer dort ist zwischen € 30 und 45 pro Person zu haben. Der Hotelchef Franco spricht perfekt Deutsch. Ihr könnt also dort anrufen und Deutsch sprechen. Er organisiert auf Wunsch auch den Transfer vom und zum Flughafen. Wenn Franco kein Zimmer mehr frei hat, wird er Euch ein Nachbarhotel empfehlen ...

Weitere Hotels in der *Citara*-Bucht sind:

3-Sterne-Hotel *Semiramis* [www.hotelsemiramisischia.it](http://www.hotelsemiramisischia.it)

3-Sterne-Hotel Citara [www.hotelcitara.it](http://www.hotelcitara.it)

Wer es komfortabel will, dem empfehle ich das 5-Sterne-Hotel *Mezzatorre* [www.mezzatorre.it](http://www.mezzatorre.it)

Weitere Hotelinformationen unter [http://www.ischiaonline.it/forio\\_ischia.php?pag=FORI01&sez=FORIO&langiol=DE&mysty=blue](http://www.ischiaonline.it/forio_ischia.php?pag=FORI01&sez=FORIO&langiol=DE&mysty=blue)

### **Beginn des Poseidon-Woche „Achtsam leben – Proaktive und wertorientierte Lebensführung“**

Wir beginnen unser Treffen mit einem kleinen Cocktail-Empfang am Sonntag, den 13. Mai ab 18 Uhr im *Cafe al Mare* in den Poseidon-Gärten. Der Eintritt in die *Giardini Poseidon* ist für Euch in der Teilnahmegebühr inbegriffen. Bitte meldet Euch am Eingang der Gärten an der Kasse als Teilnehmer an. Dort erhaltet Ihr Eure Eintrittskarten. Wir beginnen am Montag um 7.30 Uhr mit der ersten 3-1-2-Qigong-Stunde.

Ich freue mich und wünsche Euch bis zu unserem Wiedersehen alles Gute.

Herzliche Grüße

Euer Erich