



VGS - Gesundheits- und Erlebnistour

Zeit: 29. September - 10. Oktober 2024

Ort: Zakynthos wartet auf uns



Zakynthos ist eine der beliebtesten Inseln im Ionischen Meer. Traumhafte Landschaften, das blaue Meer mit hellen Stränden, die Zeugen der Vergangenheit und die griechische Lebensart bezaubern jeden Besucher.

Das VGS-Team freut sich sehr auf die gemeinsame Zeit mit „alten“ und mit neuen TeilnehmerInnen. Bei uns steht die Lebensfreude ganz oben auf der „To do-Liste“. Diese werden wir gemeinsam beim (Früh-)Sport und auf unseren Tagestouren per Bus & Boot in hohen Dosen erleben.

Unser tägliches Medikament zur Gesundheit heißt moderate Bewegung mit viel Spaß: Frühsport, Gymnastik „zu Lande und im Wasser“, Ausdauertraining, Rückenschule, Yoga und Entspannung bilden ein vielfältiges, aktives Gesundheitsangebot. Kleine und große (Ball-)Spiele kommen nicht zu kurz. Natürlich kann jede/r auch entspannen und faulenzeln oder auf eigene Faust die Gegend erkunden, z.B. mit herrlichen Strandspaziergängen.

Unser Reiseleiter vor Ort ist Jannis Perlis, der uns seit vielen Jahren sehr engagiert und kundig betreut. Mit ihm werden wir die Insel mit ihren Geschichten, die Kunst und Kultur sowie das dörfliche und städtische Leben kennen lernen. Auf zwei Bootstouren sehen wir „Zante aus einer anderen Perspektive“, wir fahren zu den Keri Höhlen und der Insel Marathonisi sowie zum berühmten Schiffswrack und zur blauen Grotte.

Moderne, bequeme Reisebusse bringen uns zu ausgewählten landschaftlichen und kulturellen Höhepunkten. Besonders freuen wir uns bei den Tagesausflügen auf zwei genussvolle Verkostungen mit Olivenöl & Wein.

Der Oktober ist eine der schönsten Zeiten, um Zakynthos zu genießen. Die Luft ist mild und rein und bei den vielen Sonnenstunden tanken wir unsere Vitamin D Speicher voll. Im typischen mediterranen Klima wird die Inselreise ein griechisches VGS-Highlight.



Verein für
Gesundheitssport
und Sporttherapie
Düsseldorf - Ratingen e.V.

Verbindliche Anmeldung an:

VGS e.V., Stichwort „VGS-Griechenland“, Amalienstr. 6, 40472 Düsseldorf

Name _____ Name _____

Geburtsdatum _____ Geburtsdatum _____

Anschrift _____ Telefon _____

Mitglied im VGS: ja nein Aktiv in der/n Gruppe/n _____

Doppelzimmer zu zweit Einzelperson im Doppelzimmer Einzelzimmer

DAS VGS-REISEANGEBOT vom 29.09.-10.10.2024 UMFASST:

- Direktflug: Düsseldorf-Zakynthos-Düsseldorf mit Condor
- 3 Tagesausflüge im klimatisierten Reisebus und mit vielen kulturellen und landschaftlichen Höhepunkten mit dem erfahrenen Reisetem: Bernd Schlierkamp und Jannis Perlis
- 2 Bootsausflüge: Keri Höhlen, Insel Marathonisi, berühmtes Schiffswrack, blaue Grotte.
- Verkostungen von Olivenöl und griechischen Weinen
- Medizinische Betreuung und individuelle Gesundheitsberatung
- Vielfältige Sport-, Bewegungs- und Entspannungsangebote
- 11 ÜB/HP im **** Hotel Zante Sun Resort & Spa <https://zantesunresort.gr/>
- Alle Eintrittsgelder

Kosten: 2.058 Euro - pro Person im Doppelzimmer
398 Euro - Einzelzimmerzuschlag
Einzelzimmer stehen nur in beschränktem Umfang zur Verfügung.

Die Überweisung von 450,- Euro pro Person auf das Konto: DE55 3345 0000 0042 3340 78 bei der Sparkasse Ratingen an Bernd Schlierkamp unter dem Stichwort „**VGS-Reise**“ gilt als **verbindliche Anmeldung** und ist für die Reihenfolge der Anmeldung entscheidend. Die Reise findet ab 35 TeilnehmerInnen statt. Es gelten die gesetzlich üblichen Reiserücktrittsregelungen. Eine Reiserücktrittsversicherung wird dringend empfohlen.

Programm-/Ablaufänderungen oder inhaltliche Erweiterung der Ausflüge bleiben vorbehalten!

VGS Info