

**EAST – Renate Daimler**

**Erlebnisorientierte Persönlichkeitsentwicklung**

**Aufstellungsarbeit**

**Systemische Beratung**

**Teamkultur**

## **Nomadisch Wandern auf Kreta**

Wenn Dein Inneres Dir neue Wege weist, dann besprich sie mit der Natur. Die Berge, das Meer, die Pflanzen, der Wind und die Weisheit in Dir werden Dir antworten.



Foto Reiner Kapella

Mit kleinem Gepäck wandern wir entlang der Südküste von Kreta. Wir übernachten in einfachen, griechischen Unterkünften und essen in einheimischen Tavernen.

Wir lassen uns auf uns selber ein. Auf unsere Größe, unsere Freuden, unsere Ängste und erfahren alles, was uns bewegt als Potential für Wachstum.

Achtsamkeit, die Systemischen Grundsätze, unsere Werte und eine gute Portion Abenteuerlust und Humor reisen mit.

## Reiseverlauf

### Tag 1 Wien - Chania - Sfakia

Flug Wien – Chania.

Mit dem Bus oder mit dem Taxi queren wir die Insel von Norden nach Süden über bergige Straßen, durch kleine Dörfer nach Sfakia. Auf der Fahrt und am Abend in der Taverne des urwüchsigen Fischerortes, erzählen wir einander von uns und dem, was wir uns von dieser Reise wünschen.

### Tag 2 Sfakia - Imbrosschlucht - Sweetwaterbay - Loutro

Von Sfakia fahren wir mit dem Morgenbus ins kleine Dorf Imbros, das 700 Meter über dem Meeresspiegel liegt. Die ca. 2,5 Stunden lange Wanderung von oben nach unten durch die Schlucht ist relativ leicht und gleichzeitig spektakulär, denn an der schmalsten Stelle sind die Felsen dieser Naturschönheit bis zu 300 Meter hoch und nur 1,6 Meter breit. Am Ende der Schlucht wartet auf uns ein Kafenion mit einem phantastischen Blick aufs Meer.

Zurück in Sfakia können wir mit einem kleinen Taxiboot in die wunderschöne "Sweetwater-Bay" fahren, zu einem der schönsten Sandstrände an der Südküste, oder mit dem Nachmittagsboot nach Loutro — je nach Lust und Laune oder Badewetter. Unsere Themen reisen mit. Wir fühlen, wir denken, wir reden, wir essen in einer kleinen Taverne.....

Den Abend und die Nacht verbringen wir in Loutro. Der charmante Postkartenort erwartet uns mit seiner geschäftigen Uferpromenade und einer richtig guten, echten, griechischen Taverne ein Stück weit von der Touristen-meile entfernt.

Wir reflektieren und kommen immer mehr an in diesem Land, in dem das "Sein" durch das helle Licht und das weite Meer leichter wird.

### Tag 3 Loutro - Agios Pavlos - Agia Roumeli

Nach einem guten Frühstück bringt uns das Taxiboot in die Marmarabucht, dem Ausgangspunkt unserer Wanderung.

Heute erwartet uns eine der schönsten Wanderungen, immer entlang der Küste, bei der das Meer und die Berge sich vereinen. Wir wandern zunächst mit guten Pausen, in denen wir immer wieder schöne Plätze für Struktur-aufstellungselemente finden, bis nach Agios Pavlos, einer Kapelle am Strand, die dem heiligen Paulus gewidmet ist.

Hier haben wir Zeit und Muße in der einzigen Taverne zu sitzen, in die Luft zu schauen, zu reflektieren, vielleicht im Meer zu schwimmen und das Sein zu genießen, das an Orten entsteht, an denen es so wenig gibt. Am späteren Nachmittag wandern wir weiter und erreichen nach ca. 1,5 Stunden das Delta des Flusses Samaria mit dem Ort Agia Roumeli.

Hier erwartet uns ein Dorf, das am Abend gemütlich ist, weil die Touristen-ströme, die täglich von oben nach unten die berühmte Samaria-Schlucht durchwandern, längst weitergezogen sind.

Andreas, unser Gastgeber beherbergt uns nicht nur, am Abend kocht seine Frau, die deutsch spricht, für uns griechische Spezialitäten in der Taverne mit Blick aufs Meer.

Und immer mehr kommen wir in der Einfachheit unseres nomadischen Unterwegsseins an. Keine schweren Entscheidungen über die Garderobe, keine großen Gedanken an unser Äußeres..... Unser Inneres kann umso mehr leuchten.

### Tag 4 Agia Roumeli - Samaria-Schlucht

Heute stehen wir früh auf und entdecken den unteren Teil des berühmten Nationalparks Samaria (der Strom der übrigen Wanderer kommt von oben).

So "gehört" die Schlucht, die in diesem Teil am beeindruckendsten ist, in den ersten zwei Stunden fast uns alleine. Wir genießen die Stille und Schönheit der Landschaft im Schatten der Steilwände, bevor es wieder zurück nach Agia Roumeli geht.

Am Nachmittag lassen wir die Seele baumeln und arbeiten später mit Strukturaufstellungen an "unserem" kleinen, versteckten Strand.

Das gemeinsame Abendessen in unserer Taverne rundet den Tag ab.

### Tag 5 Agia Roumeli – Sougia - Wanderung zur archäologischen Stätte in der Lissos Bucht

Nach einem guten Frühstück mieten wir ein Taxiboot und lassen uns nach Sougia fahren, einem Ort, in dem die Zeit stehen geblieben ist. Hier ist Griechenland noch ein bisschen wie vor 30 Jahren. Ein langer Sandstrand, ein paar Tavernen, ein paar Hotels und sonst nichts.

Wir wandern vom Ortsrand zur Bucht von Lissos, ein schöner, aber etwas anspruchsvoller Weg, weil es zuerst steil bergauf und dann steil bergab geht. Mitten in dieser spektakulären Landschaft stehen die Ruinen des Tempels der HeldInnen und HeilerInnen, zu dem noch immer Menschen pilgern die Heilung für sich suchen. Nach einem ausführlichen Bad und einer Ruhezeit am Meer besuchen wir den Tempel und nehmen unsere Themen, für die wir Heilung suchen, mit. Den Abend verbringen wir in Sougia, in einer Taverne am Meer.

### Tag 6 Sougia - Paleochora

Unsere letzte Wanderung führt uns wieder spektakulär entlang der Küste. Damit der Tag nicht zu anstrengend wird, lassen wir uns mit dem Taxiboot in die Lissosbucht bringen.

Der erste Anstieg ist sehr steil, doch dann erwartet uns eine wunderbare Hochebene und ein langsamer Abstieg, der uns die gesamte Länge der Küste zwischen den beiden Orten entlang führt. Wir teilen uns die schmalen Pfade mit den Ziegen und haben die gesamte Wanderzeit immer das Meer an unserer linken Seite. Wir finden Rastplätze, die uns dazu einladen mit Strukturaufstellungselementen zu arbeiten und vertiefen uns immer wieder in unsere Themen.

Als Belohnung für unsere müden Füße erwartet uns etwa eine Stunde vor dem Ort ein wunderbarer Strand, an dem wir bis zum frühen Abend bleiben. Der Abend in Paleochora zeigt uns, dass Geschäftigkeit und Tourismus einen Ort auch bereichern können. Hier reiht sich Kafenieon an Kafenieon, ohne dass wir das Gefühl haben müssen im Massentourismus gelandet zu sein.

Eine bunte Auswahl an Tavernen lädt uns dazu ein unseren letzten Abend an der Südküste zu zelebrieren.

### **Tag 7 Paleochora, Tag zur freien Gestaltung**

Nach dem gemeinsamen Frühstück und einem Austausch (für alle, die das möchten), wird Deine Intuition Dir sagen, wie Du Deine kostbare, freie Zeit verwenden möchtest. An einem der wunderbaren Strände, in einem der vielen Kafenieons oder mit einer Wanderung ins kleine Bergdorf Anidri.....

Am späteren Nachmittag fahren wir wieder mit dem Bus nach Chania zurück. Die schöne, pulsierende Stadt erwartet uns mit kleinen, charmanten Gassen, einer wunderbaren Uferpromenade und einem kleinen Hotel im griechischen Stil. Auf der Dachterrasse nehmen wir einen Welcome-Drink und tauschen uns über die Reise aus, bevor wir zum gemeinsamen Abendessen am Hafen aufbrechen.

### **Tag 8 Chania - Wien**

Der Vormittag gehört Dir. Ob Du Deine Zeit im Kafenieon am spektakulären, riesigen Hafenbecken oder mit einem ausgiebigen Bummel durch die engen Gassen der Altstadt mit ihren hundert, kleinen Geschäften verbringst – Du wirst Dich in Chania verlieben.

Am frühen Nachmittag fahren wir gemeinsam mit dem Bus zum Flughafen, der „Ausgangspforte“ unserer Reise.

### **Bedingungen für die Reise:**

- Freude am Wandern und an einem einfachen Leben.
- Kondition für ca. drei bis vier Stunden über den Tag verteilt.
- Trittsicherheit und Schwindelfreiheit (Stark ausgesetzte Wege umfahren wir mit dem Taxiboot).
- Wir tragen unser Gepäck immer wieder selbst. Eine Packliste für den Rucksack wird rechtzeitig verschickt. NomadInnen belasten sich nicht mit viel Gepäck.

### **RENATE DAIMLER**

**EAST –** Erlebnisorientierte Persönlichkeitsentwicklung,  
**A**ufstellungsarbeit, **S**ystemische Beratung, **T**eamkultur  
1030 Wien, Salmgasse 10/20 Tel.: 0043 (0)676 3194317  
[east@renatedaimler.com](mailto:east@renatedaimler.com) [www.renatedaimler.com](http://www.renatedaimler.com)

### **Reisedetails und Bezahlung:**

Die Reiseanmeldung erfolgt durch die Übersendung des unterschriebenen Anmeldeformulars an **EAST**. Die Anmeldung wird verbindlich durch die gleichzeitig fällige Anzahlung für das Seminar in Höhe von € 350,- zzgl. 20 % Mwst. pro Person auf das angegebene Konto sowie durch unsere Bestätigung per Mail, sobald die MindestteilnehmerInnenzahl erreicht ist. Dann bitten wir Sie, Ihren Flug persönlich zu buchen.

<b>TeilnehmerInnen:</b>	Die Reise findet ab 7 TN statt
<b>Seminarpreis:</b>	Für die Woche € 700,- zzgl. 20% Mwst.
<b>Flugdaten Hinflug:</b>	Samstag, 23. September 2017 ab Wien 11:55, an Chania 15:25
<b>Flugdaten Rückflug:</b>	Samstag, 30. September 2017 ab Chania 16:15, an Wien 17:45 Beide Flüge myAustrian Holidays

### **Flugkontingent bei RUEFA Reisen für EAST bis 30. Juni 2017 (Das ist der Anmeldeschluss für dieses Flugangebot)**

**Pro Person: € 360,00 inkl. aller Taxen und Abgaben**

**Buchung direkt unter [christine.stingl@ruefa.at](mailto:christine.stingl@ruefa.at) Tel. +43 1 58800 9685**

### **Kosten für Unterkunft und Transporte vor Ort:**

Doppelzimmer ca. € 25.- (pro Person/Nacht)  
(DZ zur Einzelbenutzung preislich gleich)  
Taxi und öffentlicher Bus Flughafen Chania - Sfakia und zurück, ca. 50.- Euro pro Strecke. Für Taxibootfahrten ca. 5.- Euro pro Tag.  
Verpflegung vor Ort individuell in landestypischen Tavernen.  
Wir reisen so individuell wie nur möglich, das erfordert die Bezahlung vor Ort. Bitte Bankomatkarte mitnehmen und Bargeld. Unser Geld bleibt in Griechenland und es verdienen keine Agenturen dazwischen.

### **Stornobedingungen:**

Für das **EAST** Seminar 50 Prozent des Preises bis einen Monat vorher. Ab dann der volle Preis. Für den Flug, der unabhängig von EAST verbindlich gebucht wird, gelten die Grundlagen des Flugveranstalters. (Österreichisches Verkehrsbüro / myAustrian Holidays)

Eine Reisetornoversicherung wird empfohlen.

## ANMELDUNG zum SEMINAR „NOMADISCH WANDERN AUF KRETA“

Ich melde mich verbindlich zum Seminar „Nomadisch Wandern auf Kreta vom 23. bis 30. September 2017 (vorbehaltlich Flugänderung) an:

Vor-/ Nachname

Beruf

Straße

PLZ / ORT

Telefon / @Mail

Ich wähle ein

Doppelzimmer zur Einzelbenutzung

Doppelzimmer

Name der 2. Person im DZ:

Die Anmeldung ist gültig nach Überweisung der Anzahlung von € 350.- zzgl. 20% MwSt. auf folgendes Konto:

**EAST** - RENATE EDELBAUER-DAIMLER  
IBAN AT66 3200 0000 0592 5110  
BIC RLNWATWW, Raiffeisenlandesbank

### RENATE DAIMLER

**EAST** - Erlebnisorientierte Persönlichkeitsentwicklung  
Aufstellungsarbeit, Systemische Beratung, Teamkultur

1030 Wien, Salmgasse 10/20 Tel. 0043 676 3194317

[east@renatedaimler.com](mailto:east@renatedaimler.com)

[www.renatedaimler.com](http://www.renatedaimler.com)

Für die Gewährleistung eines sicheren Reiseverlaufs machen ich folgende Angaben zu meiner Person:

Blutgruppe

Krankheiten, die der  
Reiseleitung bekannt sein  
sollten

Medikamente, die ich immer  
einnehmen muss

Im Falle eines Notfalls bitte ich folgende Person/en zu verständigen:

Vor- / Nachname

Telefon

@Mail

Die Teilnahme an der Reise erfolgt auf eigene Gefahr und auf eigenes Risiko. auf unerwartete Ereignisse wie Flug- und Terminverschiebungen, Naturereignisse und daraus resultierende Programmänderungen haben wir keinen Einfluss und es besteht kein Gewährleistungsanspruch.

Die im Folder zur Seminar - Reise aufgeführten Reisebedingungen habe ich zur Kenntnis genommen und erkenne sie durch meine Unterschrift an.

Datum / Ort

Unterschrift