

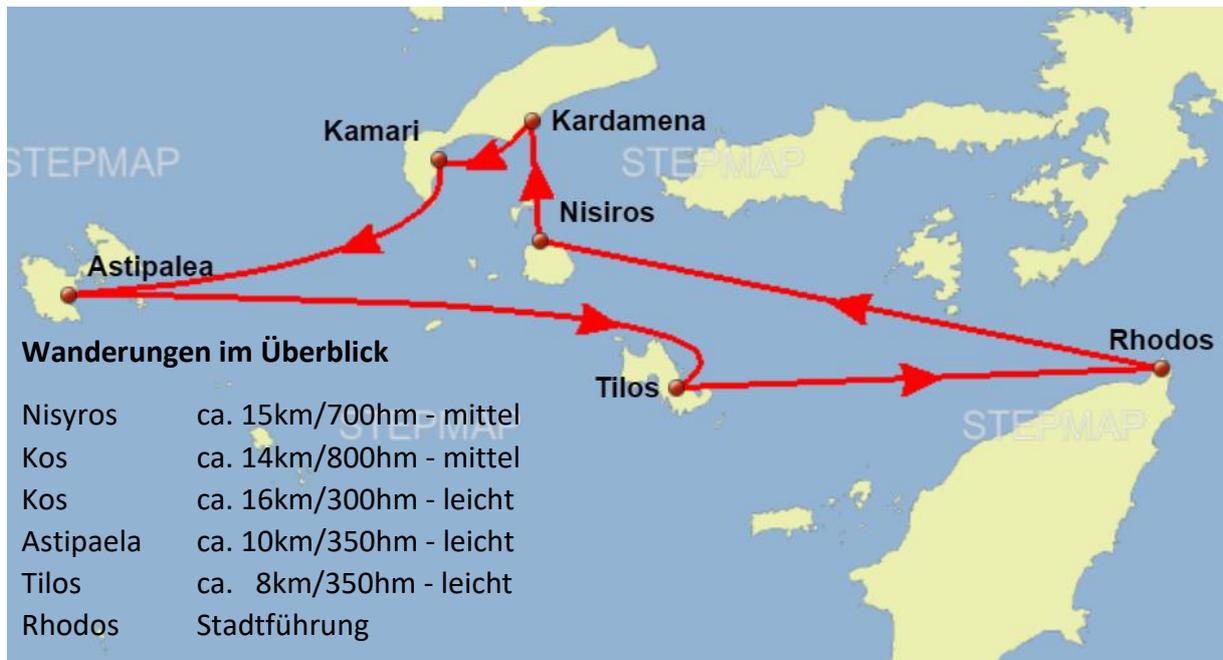
Wandern & Yoga Griechenland - Dodekantes Inseln – So/So

Dodeka = griechisch 12, Duodecim = latein 12

Der Name leitet sich von den 12 bewohnten Hauptinseln dieser Region der südlichen Ägäis ab.

5 dieser 12 Inseln besuchen wir auf unserer Route, welche in Rhodos startet und endet.

Gesamt sind in dieser Woche 5 Wanderungen + 1 Stadtbesichtigung geplant (siehe Stecken/Höhenprofile).



In Griechenland sind wir mit Kapitän und Schiffseigner Alexander auf der „Valerie“ unterwegs. Das Schiff ist ein traditioneller türkischer Ketsch, ein 2 Mast-Motorsegler mit 6 Doppelkabinen (mit Du/WC) und 3 Mann Besatzung (mehr Fotos siehe www.vitalturn.com). Geboten wird Halbpension an Bord, die Crew kümmert sich um alle Belange an Bord.

Tägliche Yogaeinheit 07:30 – 08:15 morgens am Sonnendeck ☺



Bei gutem Wind wird auch gesegelt ☺

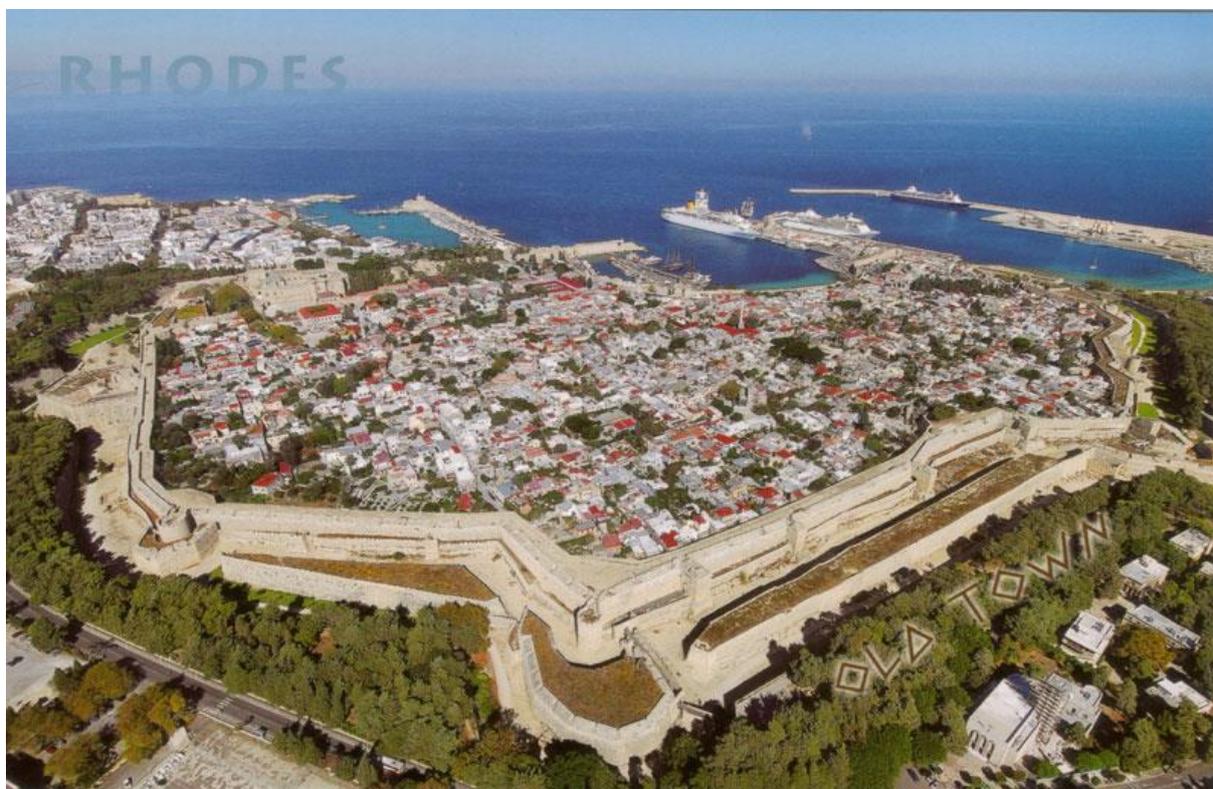


So – Vormittag Ankunft Flughafen **Rhodos** – Taxitransfer zum Schiff

Um die Mittagszeit laufen wir Richtung Nisyros aus (6h), bis dahin ist Zeit

- noch einzukaufen

- einen Kaffee am Hafen zu trinken...



Mandraki auf Nisyros erreichen wir am späten Nachmittag, der Hohlakia Beach hinter dem Kloster lädt zum Baden ein.

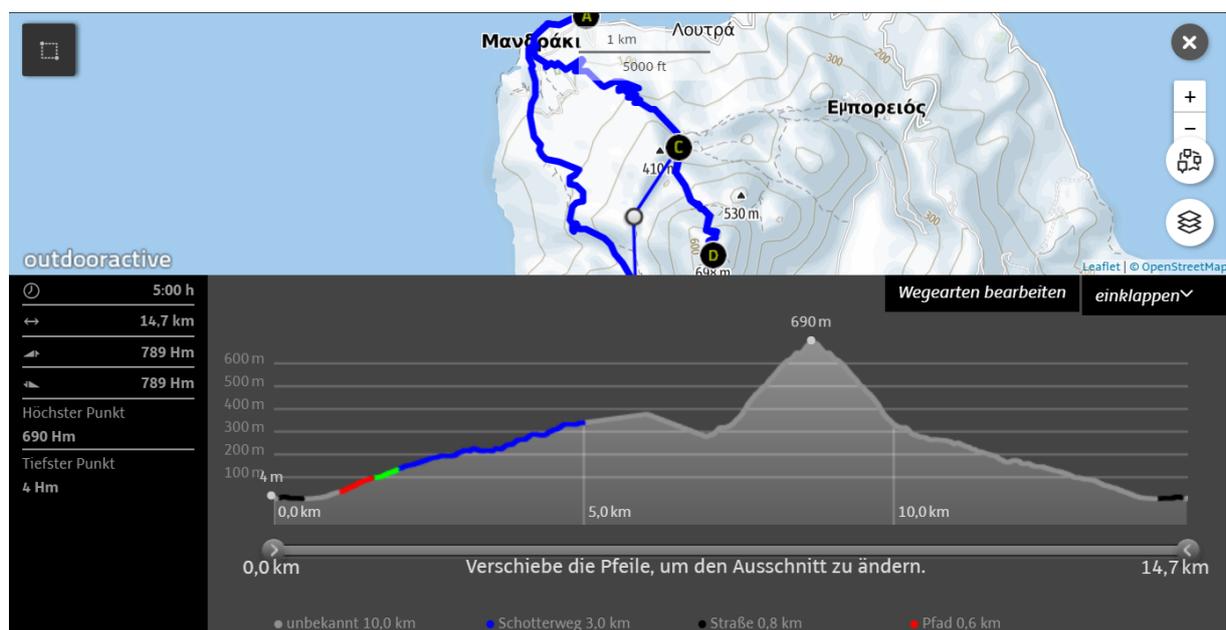
Mo – Wandern Nisyros

Infos unter: <https://greece-moments.com/nisyros-highlights/>

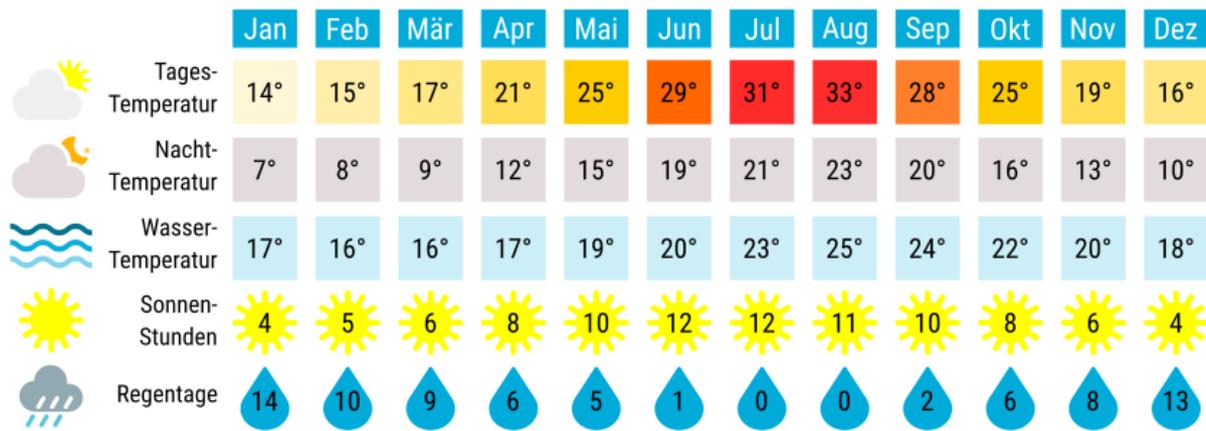


Mit einer Gesamtfläche von 41 km² und an die 1.000 Einwohner ist die Insel Nisyros zwar nicht sehr groß, dafür hat sie viel zu bieten. Durch ihren rein vulkanischen Ursprung gibt es auf der Insel gleich drei Krater. Diese wurden von den Inselbewohnern auf die Namen Stephanos, Alexandros und Polyvotis getauft. In der Mitte von Nisyros liegt die Caldera, ein gigantischer Kessel vulkanischen Ursprungs. Die gelb gestreifte Aschelandschaft mit den blubbernden Gruben, den enormen Rissen und der schwefelhaltigen Luft zieht immer wieder Tagestouristen von den Nachbarsinseln an. Ein faszinierender Ort, der an eine einsame Mondlandschaft erinnert.

Tagesablauf: 07:30 Yoga – 09:00 Wanderung Diavatis (15km/698hm) – Abendessen an Bord



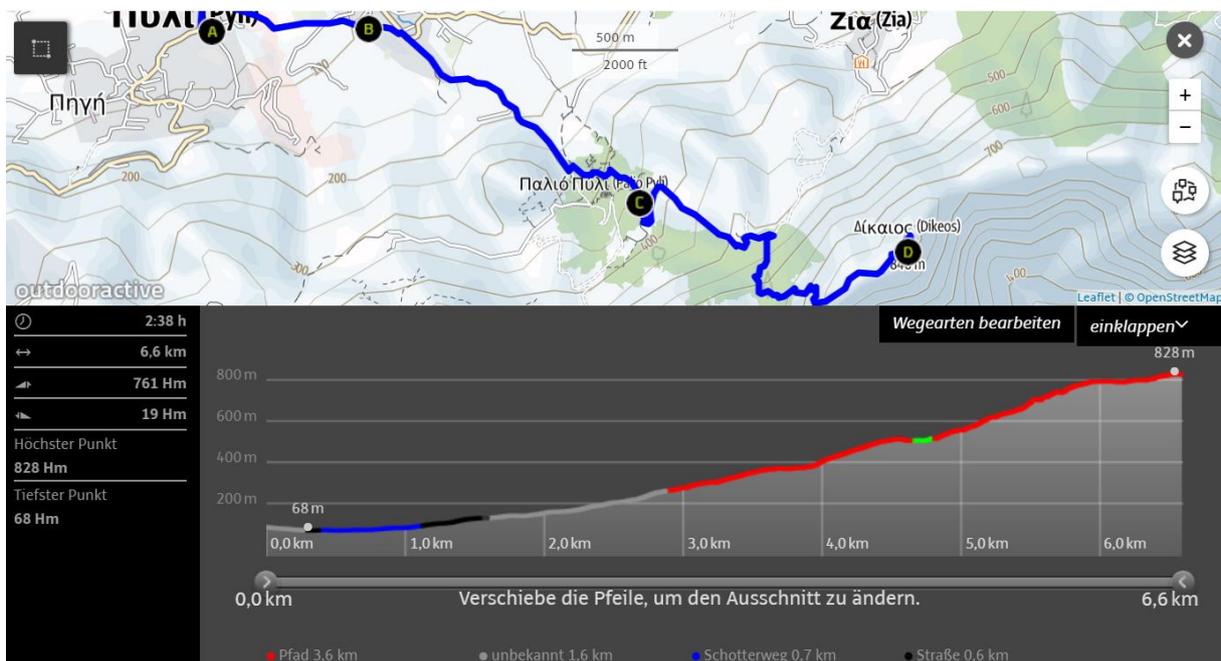
Di – Überfahrt Kos – Kardamena (3h)



© greece-moments.com



Tagesablauf: Vormittag Überfahrt nach Kos – Mittagessen an Bord - nachdem wir in Kardamena angelegt haben nehmen wir um die Mittagszeit einen Bus oder Taxi von Kardamena nach Pyli, wo unsere Wanderung auf den höchsten Punkt der Insel Kos, dem Dikeos (828m) beginnt (13km/760hm). Nach dem Abstieg zurück in Pyli nehmen wir Bus oder Taxi nach Kefalos/Kamari, wo unser Schiff schon auf uns wartet.

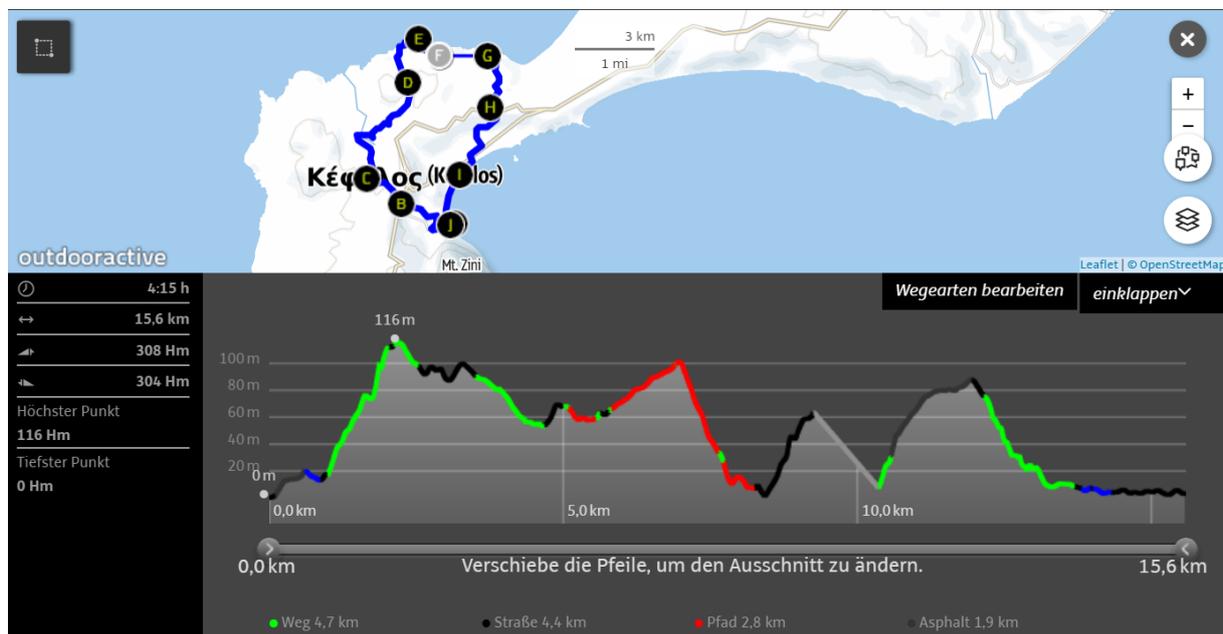


Mi – Kos Kefalos/Kamari - Infos unter <https://www.beach-inspector.com/de/c/kefalos>

Den touristischen Mittelpunkt im Süden der griechischen Ferieninsel Kos bildet der Ort Kamari. Doch auch wenn Kamari über einen herrlichen, etwa zwei Kilometer langen Sandstrand sowie eine gute touristische Infrastruktur verfügt, wie z. B. gemütliche Tavernen, zahlreiche Hotels und Apartmentanlagen und eine Vielzahl von unterschiedlichen Geschäften, so ist die Ortschaft vom Massentourismus bisher verschont geblieben und besitzt noch immer einen beschaulichen Charme.



Tagesablauf: 07:30 Yoga – 09:00 Wanderung - Rundtour Kamari - Limnionas (16km/300hm) - Mittagessen an Bord - Nachmittag Überfahrt Astipalea (3h)



Do – Astipalea

Infos unter: <https://www.discovergreece.com/de/greek-islands/dodecanese/astipalaia>

Die Insel Astypalea ist so gut wie unbekannt und kaum erschlossen, aber das ist auch ihr Reiz. Besucher nehmen hier fast automatisch teil am Alltagsleben.



Auf dem Gipfel des Bergs steht die berühmte Steinburg. Sie wurde im 13. Jahrhundert von der Familie Quirini errichtet und war eine typische Festung, die dem Schutz vor den Piraten, die über Jahrhunderte die Ägäis unsicher machten, diente. Als die Inselbevölkerung anstieg, siedelten sich auch Häuser außerhalb der Burg an. Heute reicht die Siedlung bis zum Fuße des Hügels und zum Hafen von Pera Gialos.

Tagesablauf: 07:30 Yoga – 09:00 Wanderung Astipalea (10km/350hm) – Abendessen an Bord



Fr – Tilos Livadia Infos unter: <http://www.orangesmile.com/reiseinfos/tilos/index.htm>

Mikro Horio - in den Hügeln über Livadia wurde diese „Geisterstadt“ im 15. Jahrhundert erbaut und im Zweiten Weltkrieg von seinen Bewohnern verlassen. Die Häuser sind seither dem Verfall preisgegeben, ausgenommen die Kuppelkirche von Agia Zoni von 1861 ist in einem sehr guten Zustand. Und noch ein Haus wurde renoviert, dort gibt es eine Bar für ein Getränk unter dem Sternenhimmel...



Tagesablauf: Vormittag Überfahrt zur Insel Tilos (5h) – Mittagessen an Bord - Nachmittag Wanderung ab/an Hafen Livadia (8km/350hm)



Sa – Rhodos

Tagesablauf: Morgens Überfahrt Tilos – Rhodos (4h) – Mittagessen an Bord

Am Nachmittag buchen wir eine Stadtführung in Rhodos, besichtigen den Rodini Park und die Altstadt.

Wer möchte besucht zusätzlich das archäologische Museum. Es ist in einem monumentalen Gebäude (Baujahr 1440) untergebracht, welches ehemals das Krankenhaus der „Ritter von Saint John“ war.



Die Geschäfte in der Altstadt sind oft bis spät in die Nacht geöffnet. Die Gassen Aristotelous und Sokratous und die Straßen rund um den Ippokratous Platz bilden das „Einkaufszentrum“ der Altstadt.



So – Rhodos

Transfer zum Flughafen