Ridesafari & yoga



Yoga og ridning i Namibia: nyd yogaklasser og safariture, ekstra wildlife program og superb indkvartering

- **Seks safariture på hesteryg på savannen**
- **Daglige yoga sessioner med Eva Eichhorn**
- **Guided wildlife program**
- **7 dage med helpension**
- **Rideerfaring: 3-5**
- **4 stjernet indkvartering og forplejning**

I vores Wildlife Sanctuary med resort venter eventyret. En helt unik, eventyrlig og afslappende oplevelse i Namibia venter dig.

Du får 6 dejlige safariture på ryggen af en god ganger ud i de skønne omgivelser med masser ef eksotisk dyreliv. Dertil et wildlife program med guidede "nature walks", gamedrives, game watching at waterhole og mere.

Og du får daglige yoga sessioner (6 gange) med den kendte instruktør Eva Eichhorn.

Centrets heste er veltrænede og pålidelige, sikre i omgangen med savannens mange vilddyr og klarer både halvdags og heldags ture.

Ridesafari og Yoga

Program

Dag 1:

Du lander i Windhoek Airport, hvor du bliver modtaget af en guide fra resortet (hvis du har bestilt transfer). Han vil køre dig og øvrige gæster til centret. Her bydes du hjertelig velkommen med en drink og kan efter indkvartering slappe af efter den lange rejse i haven, ved poolen eller du skal måske ud og spotte de første vilde dyr.

Dag 2-7:

Du kommer ud på 6 safari rides forskellige steder i området omkring resortet. Du vækkes tidligt og får en kop kaffe eller te og lidt at spise før vi rider ud på en 2½ timers tur i bushen, hvor der er gode muligheder for at opleve savannen vågne til live og se mange af de dagaktive dyr i aktion, før det bliver for varmt. Vel tilbage på resortet bydes på en stor lækker morgenmadsbuffet.

Om eftermiddagen er der yoga sessioner med vores erfarne yoga instruktør Eva Eichhorn.Hun vil hjælpe dig med at træde ind i et højere niveau af vitalitet og uddybe din naturoplevelse med skærpede sanser. Sessionerne tilbyder en kombination af åndedrætsøvelser, meditation, træning og yogaterapi og er velegnede til både avancerede yogier og yoga begyndere.

Ind imellem er der tilbud om wildlife oplevelser med guidede vandreture i naturen, game drives, sporsøgning mm. Dertil tilbyder resortet sig med mange andre aktiviteter som bueskydning, lerdueskydning, mountainbike, løbestier, beach volley mm

Dag 8:

Du kan tilbringe morgenen efter eget valg af aktiviteter før det er tid at tage afsked ved frokosttid. Der er transfer tilbage til Windhoek og lufthavnen

Yoga & Safari - turfakta

Varighed:

8 dage, 6 dage i sadlen, 6 dage med yoga sessioner, 7 nætter.

Indkvartering: (Du ser billeder fra lodgen nederst på siden)

I en lodge beliggende i den 76 kvadratkilometer store Wildlife Resort i lækre og komfortable dobbeltværelser eller familierum. Du kan vælge mellem standard værelser af høj kvalitet eller de lidt mere luksuøse "Luxury" værelser

Pension:

Helpension. Du starter dagen med en kop te eller kaffe fra kl. 6.30 og kan sidde på terrassen og nyde bushen vågne til live og se vildtet komme ned til vandhullet lige uden for lodgen. Dernæst følger en god morgenmadsbuffet efter dagens ridetur, der lægger en god bund for dagen. Der er en let frokost midt på dagen og om eftermiddagen serveres der te og kaffe med kage. Om aftenen en lækker tre retters menu. Maden er naturligvis inspireret af det namibiske køkken, men der laves også barbecue med traditionel bush braai omkring et lejrbål et par gange om ugen. Drikke (undtagen vand) er ikke inkluderet i prisen, men kan naturligvis købes til rimelige priser.

Ridning:

6 safari ture á 2-2½ times varighed fordelt over ugen

Yoga:

Daglige yoga sessioner med Eva Eichhorn. 6 ganga

Eva er en erfaren yogalærer fra Namibia, som gjorde sin passion til et sit erhverv for over ti år siden. Hendes instruktioner er følsomt intuitive, meget præcise og effektive. Afhængigt af deltagerne præsenteres forskellige yogaklasser, hvor begyndere og øvede undervises på samme tid.

Heste:

Der er omkring 15 skønne heste på centret, veltrænede, sikre på hovene og lydhøre. Hestene er helt sikre i omgangen med bushens mange vilde dyr. Der er heste til ethvert niveau fra begyndere til den meget øvede temporytter.

Rideerfaring:

3-5. Ridningen tilrettelægges efter dit niveau.

Gruppe og guide:

Der lægges stor vægt på rytternes og hestenes sikkerhed og vi er derfor max 6 ryttere med en dygtig guide på turene ud i bushen. Der tales engelsk og tysk.

Tøj og udstyr:

Ridebukser, ridestøvler eller ride/vandresko. Gode solbriller, solcreme, læbepomade med solfaktor, toiletsager og din evt. medicin. Det er obligatorisk at ride med hjelm, og centret har et antal hjelme i forskellige størrelser, man kan låne.

Andre aktiviteter:

Bueskydning, lerdueskydning (merpris), mountain bike, game drives (merpris), beach volley, bordtennis mm

Klimaet:

Det behagelige og for det meste tørre klima tillader besøg året rundt. Vintertiden (maj til september) er mild og varm om dagen, men det kan blive koldt om natten. Sommeren (oktober til april) kan være meget varm om dagen, men med behagelige temperaturer om natten. I sommertiden rider vi af hensyn til varmen tidlig om morgenen og sent om eftermiddagen/aftenen

Ikke inkluderet i prisen:

Rejse til resortet, drikkevarer, lokale drikkepenge, evt. andre aktiviteter på Kambaku

Turkode:

NA 8105