



An jedem 2. Tag findet eine geführte Exkursion statt. Die anderen Tage stehen Ihnen für kreative Tätigkeiten zur Verfügung, wie Schreiben, Tanzen, Malen, Werken oder am Strand liegen, sich von den Wellen schaukeln lassen, schwimmen, etc.

Sie erfahren die Verbindungen von Mensch und Natur und erkennen Ihre persönliche Einzigartigkeit.

### Kosten

Kurskosten: Einzelperson	sFr. 1'350.--
Ehepaare	sFr. 1'950.--
Pension: Tag inkl. Frühstück	Euro 50.--
Hotel: Tag inkl. Frühstücksbuffet	Euro 70.--

Individuelle Reise- und Verpflegungskosten.  
Auf Wunsch wird eine Gruppenreise organisiert

### Anzahl Teilnehmende

10 - 15 Personen

### Auskünfte und Anmeldung

LEQUA: [www.lequa.ch](http://www.lequa.ch) | [info@lequa.ch](mailto:info@lequa.ch) Tel. 032 621 03 05

Catharina Jlaro, Spiesacker 19, 4524 Günsberg,  
Telefon: 032 637 33 33 | Mobile: 076 334 32 32

Administration und Hotline : Francesca Canino | 078 740 11 01



**vom 16. bis 26. September 2012**

IKARIA ist eine Insel der Erholung. Die Vielfalt der Naturschönheiten verzaubern Geist, Körper und Seele. Sie entdecken in einer Kleingruppe die Schätze der Insel und ihrer Persönlichkeiten.

Sie erlernen das Staunen und Geniessen in einzigartiger Natur: Flusstäler zum Wandern, Thermalquellen im offenen Meer, Buchten zum Träumen, etc.

Sie entdecken, wandern, baden, relaxen, schreiben, werken, tanzen, ganz nach Ihren Wünschen, alles ist möglich und nichts ist ein Muss.

Sie geniessen, was Ihnen Spass und Freude bereitet.

**Ikaria liegt zwischen dem Festland Griechenland und Kleinasien.**



**Auf der Insel, die von Individualität geprägt ist und die fasziniert mit Kargheit und Überfluss, erkennen Sie Ihre persönliche Einzigartigkeit und stärken Ihr Selbstbewusstsein.**

**Sie erholen sich vom Alltagsstress, entdecken Neues und haben die Möglichkeit, Altes loszulassen um neue Ressourcen und Lebensfreude zu finden.**



**Sie bereisen die Insel und entdecken die Zusammenhänge von Natur und Mensch. In verschiedenen Ausdrucksformen halten Sie diese Eindrücke fest.**

**Der Genuss von Natur, Freiheit, der Sonnenuntergang in der Artemis-Bucht, der Besuch der Einsiedelei und der Berglandschaften und die köstliche Küche gehören selbstverständlich dazu.**

**Ob Sie nun in Flusstälern, in heissen Thermalquellen, am Meeresstrand oder im Swimming-Pool baden, die griechische Sonne wird Sie begleiten.**

**Sie wohnen im Hotel oder in der Pension. Ikaria erreicht man auf dem Wasserweg oder per Flugzeug.**

**„Die Kunst des Ausruhens ist ein Teil der Kunst des Arbeitens“**

John Steinbeck

**Ferien nutzen um sich zu erholen, dabei Neues zu lernen, erkennen wo die eigenen Stärken liegen und wie sie sinnvoll genutzt werden - das ist das Ziel dieser "Erlebniserferien".**

Fachpersonen geschult in der Individualpsychologie, Enneagramm, Mythologie und Astrologie wirken vor Ort mit:

**Catharina Jlaro** Zert. Coach und psych. Beraterin, wirkt mit als Expeditionsleiterin in Psychologie und Mythologie: Entdecken, und Erkennen – neue Visionen, Möglichkeiten mit viel Spass am Leben.  
[www.lequa.ch](http://www.lequa.ch) | [www.trauerforum.ch](http://www.trauerforum.ch) |

**Susanne Bur** Homöopathin, Naturführerin und dipl. Lebens- und Trauerberaterin LEQUA, wirkt mit als Expeditionsleiterin und führt Interessierte in die faszinierende Pflanzenwelt ein.  
[www.lequa.ch](http://www.lequa.ch) | [www.trauerforum.ch](http://www.trauerforum.ch) | [www.subur.ch](http://www.subur.ch)

**Ursula Kohler** Astrologin und zert. Lebens- und Laufbahnberaterin LEQUA, Wirkt mit als Expeditionsleiterin und vermittelt wie die Kräfte der Planeten im Menschen und Umfeld wirken.  
[www.lequa.ch](http://www.lequa.ch) | [www.trauerfourm.ch](http://www.trauerfourm.ch)

**Individuelles Angebot auf Wunsch**

**Griechischer Tanz**

Die Kultur der griechischen Tänze vermittelt eine seit 1986 auf der Insel lebende Schweizerin. Sie ist ausgebildet in traditionellem griechischem Volkstanz.