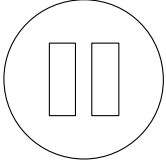


**Innehalten. Pause machen.
Nach Kuba zum Abschalten
und Runterfahren.**

**AusZeit-Reise
auf die Insel der Schaukelstühle**



**Pausenknopf drücken und weg.
13. bis 26. März 2017 (13 Tage)
10. bis 23. April 2017 (Ostern, 13 Tg)**



ReiseZeiter – AusZeit erleben mit Mehrwert

Sie befinden sich in einer speziellen Phase in Ihrem Leben? Sie verspüren den Wunsch oder die Notwendigkeit etwas zu verändern? Wollen Sie zufriedener werden und mehr geniessen? Die Gegenwart intensiver erleben und vertiefte Kontakte mit anderen Menschen haben? Vielleicht gibt es auch einschneidende Erlebnisse, über das Sie bisher nicht hinweggekommen sind? Oder haben Sie ganz einfach Lust auf Urlaub und Ablenkung, können sich jedoch nicht unbeschränkt Zeit freischaufeln?

Der Volksmund behauptet: Reisen bildet. Mit dem speziellen Programm «ReiseZeiter» trete ich den Beweis an, dass dem tatsächlich so ist. Dafür habe ich meine begleiteten Ausflüge und Reisen mit einem speziellen Konzept erweitert, wo alle Komponenten – *Information* (Welt entdecken), *Erlebnis* (neue Kulturen kennen lernen), *Regeneration* (Zeit haben, geniessen und nutzen) – spielerisch, genussvoll und effektiv ineinandergreifen.

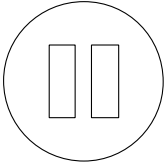
Und da helfe ich mit, das ist meine Aufgabe als Coach und Reisebegleiter für diese innere und äussere Reise. Gleichzeitig biete ich Ihnen einen konkreten Mehrwert – echte Mussestunden.



Umkehr der Alltagsbelastung. Mehr Zeit für mich!

Veränderungen und Erkenntnisse geschehen am leichtesten wenn ich Zeit für bewusstes Wahrnehmen und Reflektieren habe, mich möglichst wenig durch Alltagsgewohnheiten ablenken lasse und Raum für das Ausprobieren neuer Verhaltensweisen habe: Dies geht aber nicht, wenn man im Tagesgeschehen, im sogenannten Hamsterrad gefangen ist.

In einer immer hektischer gewordenen Arbeitswelt fühlen sich immer mehr Menschen – ob berufstätig oder nicht – erschöpft und ausgebrannt.



Kuba. Nur die Ruhe

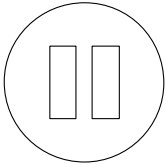
Die Insel hat ihren ganz besonderen Rhythmus, der uns hilft, Geschwindigkeit aus unserem Leben zu nehmen und eine echte AusZeit vom Stress ermöglicht. Das Land ist voller Gegensätze zu unserem gewohnten Alltag, was zum Nachdenken anregt. Unser Blick öffnet sich zum Horizont und es entstehen Impulse für persönliche Veränderungen.



Wenn wir uns davon berühren lassen geschieht so etwas wie Regeneration. Es geschieht nebenbei, beim Flanieren, bei den Begegnungen, mal leise, mal auch mit einem Knall. Bei jeder Reise, bei jedem Menschen unterschiedlich.

Jeder Tag ist gefüllt mit Begebenheiten. Kleine und grosse Dinge, die einen bewegen, wenn man es zulässt. Deshalb habe ich auch gerade Kuba für eine begleitete AusZeit ausgesucht. Es ist diese Mischung aus kolonialer Geschichte, politischer Umwälzung, ethnischer Durchmischung und etwas ganz Eigenem, was diesen Menschen den besonderen Charme gibt. Ein Land, das noch vor kurzem eines der ärmsten Länder Lateinamerikas war, und sich nun im Aufbruch befindet. Geprägt von einzigartigen Naturschönheiten, vom Drang nach Freiheit und Unabhängigkeit, von Begegnungen und von der Musik. Vieles davon, was uns hier abhanden gekommen ist und wonach wir uns sehnen.





Land und Leute hautnah erleben.

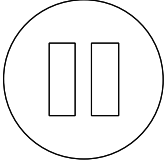
Diese Reise ist keine reine Kultur-, Erlebnis- oder Abenteuer-Gruppenreise im herkömmlichen Sinn. Sie bekommen authentische Eindrücke dieses faszinierenden, oft widersprüchlichen Reiselandes, seinen Einwohnern und ihrem alltäglichen Leben. Unterwegs wohnen Sie in privaten Unterkünften bei kubanischen Familien (casas particulares).

Und selbstverständlich besuchen wir auch die bekanntesten Sehenswürdigkeiten auf unserer Strecke... oder einfach gesagt: Kuba hautnah erleben!



Von der quirligen Hauptstadt Havanna mit ihren belebten Gassen im Norden, zur grünen, von Kegelkarstfelsen geprägten Tabaklandschaft des Viñales-Tals im Westen. Von Cienfuegos, auch «Perle des Südens» genannt, zu den UNESCO-Weltkultur-Städten Trinidad und Santa Clara im Zentrum der Insel, führt Sie unser abwechslungsreiches Reiseprogramm.





Reiseleitung

Peter Gschwend

«Entschleuniger | AusZeiter | Geniesser»

www.hoehenkurve.ch

Aufgrund meiner langjährigen leitenden Tätigkeit in einer Non-Profit-Organisation im Outdoor- und Tourismusbereich kenne ich alle Facetten des wohlbekannten Rennens im Hamsterrad zur Genüge. Darum habe ich meine Passion für langsames Vorwärtskommen zu meinem neuen Beruf gemacht und im 2010 die «höhenkurve.bewussterleben» ins Leben gerufen.

Seither arbeite ich als selbständiger Berater, Organisator und dipl. HEB-Coach. «Pausenknopf» ist mein Entschleunigungsprogramm. Mehr denn je ist es mir ein Bedürfnis, Menschen zu zeigen, dass ZEIT kein Mysterium ist.

Ich begleite Sie mit Gesprächen, Impulsen und Zeit.

Sie fahren herunter. Sie schalten ab. Sie laden Ihre Batterien neu auf, ...
...und streben Ihre persönliche «höhenkurve» an



«Ich bin 51 Jahre alt, verheiratet und Vater zweier erwachsener Kinder. Ich mag Reisen - am liebsten im Wohnmobil - und Fotografieren; meine persönlichen Stresskiller. Ich genieße Gespräche mit Freunden bei einem guten Essen, einem Glas Wein und ab und zu einer Zigarre.»

Hans Anliker

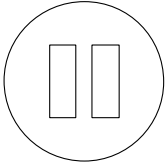
Vermögensverwalter mit viel (Lebens)Erfahrung

Hans (67) ist pensioniert, verheiratet, Vater zweier erwachsener Töchter und seit einigen Monaten stolzer Grossvater. Er engagiert sich in der Seniorenbetreuung, in der Sozialberatung und unterstützt mich in der Organisation meiner Kubareisen. Er zeichnet für alle finanziellen Leistungen verantwortlich.



Kontakt

Hans Anliker
Schützenrainweg 6
4125 Riehen
T +41 (61) 641 25 33
M +41 (77) 456 58 77
anveba@hispeed.ch



Nach Kuba zum Abschalten und Runterfahren

Detailprogramm

Reisetermine

Montag, 13. bis Sonntag 26. März 2017 (13 Tage)

Montag, 10. bis Sonntag, 23. April 2017 (Ostern, 13 Tage)

Teilnehmerzahl

Unsere bewusst klein gehaltene Gruppe (max. 12 Personen) ermöglicht einen bequemen und gemütlichen Reiseverlauf und ist für alle, die den Kontakt zu anderen Teilnehmenden nicht scheuen und nicht gerne alleine unterwegs sind.

Kleingruppen-Reisen sind auch prädestiniert für spezielle Aktivitäten, wie einmalige Sessions oder Workshops. Auch beim Essen sind wir mutig. Wir kosten lokale Gerichte und setzen uns lieber ins kleine Lokal gleich um die Ecke und lassen uns vom heißen Tipp des Kochs verwöhnen.

Unterkünfte

Casas particulares - in anderen Ländern würde man Privatpension oder Hostel sagen. Die Hausbesitzer sind offizielle, staatlich lizenzierte Vermieter.

Grundsätzlich sind diese Privatquartiere vollkommen unterschiedlich - mal ein hübsches Appartement mit separatem Eingang, mal ein einfaches Zimmer in der Wohnung der Eigentümer-Familie. Stets aber sind sie sauber und sicher. Eine Klimaanlage gehört inzwischen überall zum Standard, meist verfügen die Räumlichkeiten zudem über Ventilator, Kühlschrank und teilweise sogar über ein TV-Gerät. Eigene Bäder sind ebenfalls Pflicht, nur in seltenen Fällen teilen sich zwei Gästezimmer Dusche und WC.

Inbegriffene Leistungen

- Transfer vom Flughafen Havanna am 1. Tag
- Rücktransfer zum Flughafen Havanna am letzten Tag der Rundreise.
Bei individueller Verlängerung mit Badeaufenthalt muss der Rücktransfer zum Flughafen extra dazu gebucht werden oder erfolgt in eigener Regie.
- 12 Übernachtungen in Casas Particulares (Privatunterkünfte) inkl. Frühstück
- 12 Nachtessen im Casa oder in einem Restaurant
(durchaus auch in einem privaten Restaurant, dem sogenannten Paladar)
- Nichtalkoholische Tischgetränke

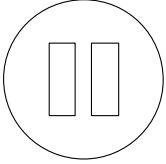
- Rundreise gemäss Programm (Tag 4 bis Tag 12) mit Berufschaffeur. Damit wir spontane Fahrten flexibel durchführen können, reisen wir als Gruppe in Minivans à je 6-8 Plätzen oder PW's à 4-5 Plätzen (Taxi's).
- Alle Ausflüge resp. entsprechende Transfers bei offiziellen Ausflügen, Besichtigungen und Eintritte gemäss Detailprogramm
- Trinkgelder
- Während der Rundreise begleiten und betreuen wir Sie persönlich. Grundsätzlich deutschsprachige Guides; weil das nicht immer möglich ist, kann eine Führung auch auf Englisch erfolgen
- Reisedokumentation
- Persönliche Einreisekarte (ersetzt ein Visum)

Nicht inbegriffene Leistungen

- Flug Schweiz - Havanna - Schweiz.
Wir offerieren Ihnen gerne einen gemeinsamen Flug zum aktuellen Tagespreis (ca. Fr. 1'250.-/Person) und buchen diesen bei unserem Partner Swissport International Ltd. in Basel. Zum Ticketpreis kommt eine Buchungsgebühr von Fr. 90.-/Ticket dazu.
Die Buchung erfolgt nach definitiver Anmeldung.
Wir empfehlen eine Sitzreservation, die wir gerne zum Selbstkostenpreis für Sie vornehmen.
- Hin- und Rückreise zum Flughafen
- Nicht erwähnte Mahlzeiten und Pausengetränke (z.B. individuelle Verpflegung unterwegs, «Night Caps» etc.)
- Alle alkoholischen Getränke
- Persönliche Auslagen (z.B. individuelle Ausflüge)
- Versicherungen
- Zusätzliche Trinkgelder (z.B. für Fahrer etc.)

Klima

Auf Kuba herrscht subtropisches Klima mit ganzjährig hohen Temperaturen (Jahresdurchschnitt bei 25°C) sowie einer hohen Luftfeuchtigkeit. Die beste Reisezeit liegt zwischen Mitte Oktober und Ende April, mit Temperaturen zwischen 18–28°C und wenig Niederschlag.



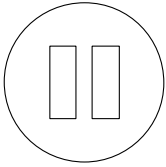
Ausrüstung

- Reisetasche anstelle eines Koffers (Vorteil beim Transport im Minivan)
- Tagesrucksack, Plastiktüten (um ihre Ausrüstung wasserfest aufzubewahren)
- Turnschuhe oder leichte Schuhe für Abends und für die Tagesausflüge
- Sandalen (wenn möglich Trekking-Sandalen), Badeschlappen (Flip Flops)
- Hosen, Shorts und T-Shirts (schnell trocknend)
- Badehosen sowie ein Handtuch für die Badeausflüge (evtl. Schwimmbrille)
- Leichte (Regen)Jacke, Pullover
- Mütze, Sonnen-, Regen- und Windschutz, Schal (Klimaanlagen, Ventilator in Restaurants)
- Fotoapparat mit genügend Platz auf Speicherkarte
- Je nach Lust und Laune Spanisch Sprachführer, Kuba-Reiseführer
- Ohropax für Reisende, die einen leichten Schlaf haben, denn in Kuba ist immer etwas los...
- Persönliche Reiseapotheke: Wundversorgung, Mittel gegen Durchfall, Schmerzmittel, Mückenspray sowie persönliche Medikamente. Genügend Linsenlösung und Ersatzlinsen/Brille für KontaktlinsenträgerInnen

Bedingungen

- Die Anmeldung ist verbindlich
- Zahlungsmodus:
Anzahlung Fr. 650.-/Person bei der Bestätigung der Reise.
Restzahlung 30 Tage vor Abreise.
Die Reisekosten können nicht mit Kreditkarte bezahlt werden.
- Der Flug muss umgehend bei der verbindlichen Buchung bezahlt werden.
Die Annulation bei einer Reiseabmeldung ist Sache der Teilnehmenden.
- Programmänderungen aus dringenden Gründen sind vorbehalten.
- Abmeldungen müssen schriftlich erfolgen.
- Es gelten die Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB) für Reisen und Veranstaltungen der Peter Gschwend GmbH (höhenkurve)

Für die Rundreise sowie alle Ausflüge werden eine normale physische Verfassung und eine «gesunde Sportlichkeit» vorausgesetzt. Eine ausreichende Unfallversicherung ist Sache der Teilnehmer.



Wissenswertes für Kuba

Deutsche, Österreicher und Schweizer brauchen einen **Reisepass**, der noch mindestens sechs Monate gültig sein muss,

Wenn Sie keinen Wohnsitz in Kuba haben, also als Tourist einreisen, müssen Sie eine gültige **Kranken- oder Reiseversicherung** nachweisen. Sie belegt, dass Ihre medizinische Versorgung während Ihrer Kubaferien gesichert ist. Verlangen Sie bei ihrer Krankenkasse/Versicherung eine schriftliche Bestätigung (in Englisch oder Spanisch).

Die **Landeswährung** ist der «peso convertible» (CUC). Die Ein- und Ausfuhr von Pesos ist für Touristen verboten. Schweizer Franken (Bargeld) können bei allen kubanischen Banken und Wechselstuben zum geltenden Wechselkurs in CUC eingetauscht, resp. vor der Abreise am Flughafen zurückgetauscht werden. Der US-Dollar wurde als Zahlungsmittel seit 2004 nicht mehr anerkannt. Kreditkarten können nur vereinzelt eingesetzt werden (ausser Bargeldbezug am Bancomaten mit VISA-Kreditkarte möglich; Bezugslimite möglich).

Kubanische **Netzbetreiber** sind Cubatel und C.com. Telefonieren mit dem Schweizer Handy ist teuer (ca. Fr. 5.- pro Minute). Die Internetgeschwindigkeit ist auf Kuba immer noch sehr langsam und die Verbindungsqualität recht schlecht, aber es gibt in jedem grösseren Ort Internetcafés. Auch in internationalen Hotels findet man oft in der Lobby einige PCs mit Internetanschluss. Für den Webzugang benötigt man dazu eine Prepaidkarte «Tarjeta».

Die **Netzspannung** beträgt 110-220 Volt. Eine Steckdose ist in der Regel für 220 V eingerichtet. Es werden meist amerikanische Stecker benutzt. Idealerweise einen Adapter für die amerikanische Dose mitnehmen.

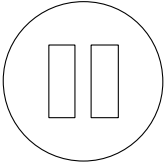
Für **Alkohol** und **Tabak** gelten die üblichen Schweizer Zollvorschriften: 1 lt über 18% Vol./Person resp. je 250 Zigaretten oder Zigarren/Person.

Massgebend für die kostenlose Einfuhr ist der Wert aller mitgeführten Waren. Alkohol und Tabak sind inbegriffen. Beträgt er mehr als 300 Franken? Dann müssen Sie die Mehrwertsteuer auf den Gesamtwert der Waren zahlen. Weiter gilt es, die Freimengen zu beachten. Alkohol, Tabak, Fleisch und weiteres muss ab bestimmten Mengen verzollt werden. Die Eidgenössische Zollverwaltung gibt hierzu detailliert Auskunft.

Grundsätzlich gilt: lassen Sie sich für wertige Geschenke oder Souvenirs wenn immer möglich in Kuba einen Kaufbeleg ausstellen.

Vorsicht: kein Kauf von alkoholischen Getränken im Dutyfree-Shop in Havanna. Die Flaschen werden üblicherweise beim Transit am Flughafen der Umsteigedestination abgenommen und entschädigungsfrei entsorgt!

Die **Ausfuhr** von bis zu 23 losen Zigarren ist ohne Kaufbeleg möglich. Ab 23 Zigarren (z.B. Schachtel à 25 Stück) muss der Rechnungsbeleg (Kauf-Zertifikat) vorgewiesen werden. Die Originalverpackung muss verschlossen und mit dem offiziellen Siegel versehen sein.



Investition

Fr. 2'490.- pro Person* ohne Flug (ca. Fr. 1'350.-/Person)

*Basis 12 Teilnehmende im DZ (12 Nächte) inkl. HP
EZ-Zuschlag Fr. 180.-/Person

Bankverbindung:
Raiffeisenbank Basel
St. Jakobs-Strasse 7
4052 Basel

IBAN CH22 8148 6000 0069 0994 1
Konto 40-712553-5
BIC RAIFCH22

Auskünfte

Haben Sie noch Fragen zur AusZeiter-Reise nach Kuba?
Ich beantworte sie gerne.

höhenkurve.bewussterleben
Peter Gschwend GmbH
Bergalingerstrasse 13
4058 Basel

T +41 61 683 30 52
M +41 79 424 09 70

info@hoehenkurve.ch
www.hoehenkurve.ch

Detailprogramm «day by day»

Tag 1 (Montag)



Abreise, Flug,
Ankunft in
Havanna

Sie reisen individuell via eine Umsteigedestination nach Kuba. Die Landung erfolgt in Havanna voraussichtlich am Abend. Wir erwarten Sie in der Ankunftshalle und gemeinsam fahren wir mit einem Taxi (ca. 45 min) zu unseren Casas.

Nachessen/kleine Verpflegung im Casa

Tag 2 (Dienstag)



Havanna

Frühstück

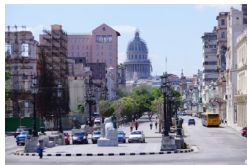
Auf einer Fahrt im offenen «HabanaBus» verschaffen wir uns einen ersten Überblick zu den wichtigsten Sehenswürdigkeiten in und um die Stadt.

Danach bummeln wir gemütlich durch die Gassen und über verschiedene Plätze von Alt-Havanna.

Die UNESCO erklärte das historische Zentrum Havannas 1982 zum Weltkulturerbe. In einem der zahlreichen Restaurants schauen wir dem bunten Treiben zu und genießen einen Mojito.

Rückkehr zur Unterkunft. Freizeit für persönliche Entspannung
Abendessen in einem Restaurant

Chillout im Schaukelstuhl



Tag 3 (Mittwoch)



Reisestrecke
Viñales

Frühstück

Havanna – Las Terrazas – Viñales

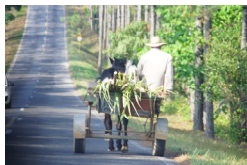
Das UNESCO-Biosphärenreservat *Las Terrazas* ist einer der wichtigsten und ältesten Nationalparks auf Kuba.

Wir besuchen die *Casa de Polo*, welche direkt an einem kleinen See liegt. Dort lebte Polo Martinez ein in Kuba sehr bekannter Musiker. Anschliessend spazieren wir den *Baños del Rio San Juan* entlang.

Am Nachmittag fahren wir nach Viñales. Vor dem Nachessen besuchen wir ein Haus der Tabakbauern und lernen, wie die kubanischen «Puros» von Hand hergestellt werden. Dann müssen wir selbst an die Arbeit und unter kundiger Anleitung drehen wir unsere eigene Zigarre.

Bezug Unterkunft. Freizeit für persönliche Entspannung
Abendessen im Casa

Chillout im Schaukelstuhl



Tag 4 (Donnerstag)



Viñales

Frühstück

Gemeinsam fahren wir zur Erholung an den Strand der kleinen Insel *Cayo Jutiáz* im Norden. Über die Dammstrasse und vorbei an Mangrovenwäldern erreichen wir eine kleine Strand-Station (Umkleidekabine, Restaurant, Wassersport-Zentrum). Am weissen Sandstrand lassen wir die Seele baumeln, spazieren am Strand entlang oder schwimmen im türkisblauen Atlantikwasser

Für Strandmuffel bieten wir vorgängig einen Abstecher in die Unterwelt. Wir steigen ausgerüstet mit Helm und Stirnlampe zum erhöht gelegenen Eingang der Höhle *Gran Caverna de Santa Thomas*, die wir anschliessend begehen.

Rückkehr zur Unterkunft. Freizeit für persönliche Entspannung
Das Abendessen geniessen wir in der Finca *Casa de Confianza*, wo wir den Sonnenuntergang bei einem «Antistress-Drink» erleben können.

Chillout im Schaukelstuhl

Mojito, Zigarre, Gespräche

Tag 5 (Freitag)



Reisestrecke

Cienfuegos

Frühstück

Viñales – Pinar del Rio – Cienfuegos

Zuerst besuchen wir in *Pinar del Rio* eine staatliche Tabakfabrik (Möglichkeit zum Kauf von offiziellen und lizenzierten Zigarren) und haben anschliessend Gelegenheit, in einer lokalen Rumfabrik Rum zu probieren und die lokale Spezialität zu kaufen.

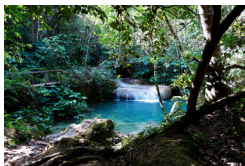
Danach beginnt die längere Weiterfahrt in das von französischer Kolonialarchitektur geprägte Cienfuegos. Die malerische Kulisse hat ihr den Namen «Perle des Südens» eingebracht.

Bezug der Unterkunft. Freizeit für persönliche Entspannung

Abendessen in einem Restaurant in der Stadt

Chillout im Schaukelstuhl

Tag 6 (Samstag)



Cienfuegos

Frühstück

Danach fahren wir hinauf in die bewaldeten Hügel der Sierra Escambray und wandern zum Wasserfall *El Nicho*. In den zahlreichen natürlichen Becken lädt kristallklares Wasser zu einem erfrischenden Bad.

Vor der Rückkehr in die Casas bleibt Zeit für eine Besichtigung des prächtigen Kulturzentrums von Cienfuegos.

Die architektonischen Höhepunkte der Stadt mit französischer Abstammung bilden grossartige Gebäudeensembles, die seit 2005 zum UNESCO-Weltkulturerbe gehören.

Rückkehr zur Unterkunft. Freizeit für persönliche Entspannung.
Zum Beispiel bei einem Bad am kleinen öffentlichen Strand.

Abendessen in den Casas

Chillout im Schaukelstuhl

Tag 7 (Sonntag)



Reisestrecke
Moron

Frühstück

Cienfuegos – Santa Clara - Moron

In Santa Clara lassen wir das monumentale *Che-Guevara-Denkmal* auf uns wirken. Hier fand der letzte grosse Kampf der kubanischen Revolution statt, bevor Fidel Castro mit seinen Rebellen siegreich in Havanna einzog. Das Denkmal wurde zum 20. Todestag des «Commandante» aufgestellt.

Unsere Casas beziehen wir in der Stadt mit dem Hahn als Symbol. Am südlichen Eingang befindet sich heute eine 3 m grosse Bronzefigur, welche über Lautsprecher jeweils um sechs Uhr morgens und abends kräht.

Bezug der Unterkunft. Freizeit für persönliche Entspannung

Nachtessen im Casa

Chillout im Schaukelstuhl

Tag 8 (Montag)



Moron

Frühstück

Cayo Coco ist Teil der Jardines del Rey (Gärten des Königs) genannten Inselkette, die sich an der Nordküste Kubas erstreckt und durch einen 17 km langen Steindamm erschlossen ist. Die gesamte Insel bietet wunderschöne Natur: Mangroven und grosse Kokosnusspalmen, Flamingos, Pelikane und einige Entenarten. Geniessen Sie die Zeit zur freien Verfügung. Sie haben die Möglichkeit einen Badeplausch am puderzuckerweissen Traumstrand oder einen Ausflug ins Naturschutzgebiet zu erleben.

Rückkehr zur Unterkunft. Freizeit für persönliche Entspannung

Abendessen in einem Restaurant in der Stadt

Chillout im Schaukelstuhl

Tag 9 (Dienstag)



Reisestrecke
Trinidad

Frühstück

Moron – Sankti Spiritus – Trinidad

Vor Trinidad liegt das *Valle de los Ingenios*. Die Region ist eng verbunden mit der Zuckerproduktion und der Sklaverei. Unseren ersten Halt machen wir jedoch schon in *Sancti Spiritus* und geniessen einen Mojito bei der berühmten *Yayabo-Brücke*.

Im Tal der Zuckermühlen besteigen wir einmal den Sklaventurm *Torre de Iznaga*, der einen herrlichen Weitblick auf das Tal und die Ausläufer der Sierra del Escambray ermöglicht. *San Isidro de los Destiladeros*, eine archäologische Stätte im Zuckerrohrtal, zeugt von dieser bewegenden Epoche menschlicher Schicksale.

Schliesslich erreichen wir Trinidad, deren einzigartige Kolonialarchitektur ebenfalls zum UNESCO Weltkulturerbe erklärt wurde.

Ein erster Quartierrundgang macht auf die romantischen Kopfsteinpflaster-Strassen, umsäumt von prächtigen Herrenhäusern, aufmerksam, und wir lassen uns in eine andere Zeit entführen.

Bezug der Unterkunft

Freizeit für persönliche Entspannung

Abendessen in den Casas

Chillout; Mojito beim *Casa de la musica*

Tag 10 (Mittwoch)



Trinidad

Frühstück

Heute lockt ein Wanderausflug zum *Topes-de-Collantes-Nationalpark*, wo je nach Lust, Laune und Kondition zwei Varianten zur Auswahl stehen. Die leichtere Strecke führt zur *Cueva La Batata* während die anstrengendere Tour zum Wasserfall, dem *Salto de Caburni*, führt.

Der Rest des Tages bleibt zur freien Verfügung, ermöglicht einen gemütlichen Stadtbummel, etwas Shopping für wichtige Kuba-Souvenirs oder lädt zum Besuch einer Salsa-Lektion bei einer der zahlreichen Tanzschulen ein.

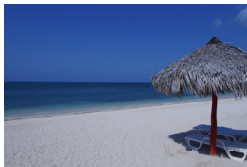
Rückkehr zur Unterkunft

FreiZeit für persönliche Entspannung

Abendessen in einem Restaurant in Trinidad (Casa de la musica)

Chillout; Mojito beim Casa de la musica

Tag 11 (Donnerstag)



Trinidad

Frühstück

Badetag zum Entspannen am Karibikstrand *Playa Ancon*

Rückkehr zur Unterkunft

FreiZeit für persönliche Entspannung

Unser Nachtessen bei einer kubanischen Familie bereiten wir selber zu. Gemeinsam kochen unsere kreolischen Speisen mit Unterstützung eines Koches

Chillout; Mojito beim Casa de la musica

Tag 12 (Freitag)



Reisestrecke

Havanna

Frühstück

Trinidad – Havanna

Von Trinidad fahren wir gemütlich nach Havanna zurück.

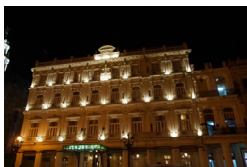
Bezug der Unterkunft

FreiZeit für persönliche Entspannung

Abendessen in einem Restaurant in einer ehemaligen Ölfabrik.

Letzter Mojito am Malecon

Tag 13 (Samstag)



Havanna

Frühstück

Zeit zur freien Verfügung.

Wir treffen uns am Nachmittag in die Stadt und geniessen unseren letzten Kaffee auf der Terrasse des ältesten Hotels von Havanna, dem Hotel Inglaterra.

Danach fahren wir in einem der berühmten bunten Oldtimer-Taxis dem Malecón (Strandpromenade) entlang zurück zu unseren Casas.

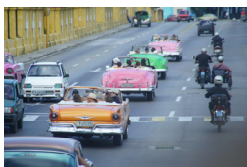
Koffer packen und Fahrt mit Taxi zum Flughafen

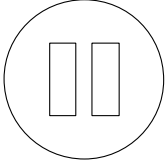
Verabschiedung beim Check-in.

Abreise, Flug und Ankunft

Rückflug von Havanna via Umsteigedestination in die Schweiz.

Ankunft am Sonntag





Nach Kuba zum Abschalten und Runterfahren.

AusZeit-Reise ins Land der Schaukelstühle

13. bis 26. März 2017 (13 Tage)

10. bis 23. April 2017 (Ostern, 13 Tage)

Definitive Anmeldung

Name/Vorname (gem. Reisepass):.....
Für (Begleit)Person bitte eine separate Anmeldung ausfüllen

Adresse:

PLZ/Ort:

Geb.-Datum: Nationalität:.....

Pass-Nr .:

Datum Ausstellung Datum Ablauf

E-Mail:.....

Tel. P

Tel. G Mobile

Mit der Unterzeichnung akzeptiere ich die Allgemeinen Geschäftsbedingungen AGB und melde ich mich definitiv für diese AusZeit-Reise nach Kuba an.

Die Reisekosten betragen Fr. 2'490.-/Person.

Der Leistungsumfang entspricht der Beschreibung im Detailprogramm.

Zahlungsmodus: Anzahlung Fr. 650.-/Person bei der Bestätigung der Reise.

Restzahlung 30 Tage vor Abreise.

Die Reisekosten können nicht mit Kreditkarte bezahlt werden.

- Ich buche den gemeinsamen Flug gemäss tagesaktueller Offerte der Swissport International und verpflichte mich zur umgehenden Zahlung. Zum Ticketpreis kommt eine Buchungsgebühr von Fr. 90.-/Ticket hinzu. Wir empfehlen eine Sitzreservation, die wir gerne zum Selbstkostenpreis für Sie vornehmen. Die Sitzplatzreservation wird gewünscht
- Ich wünsche ein Einzelzimmer. (EZ-Zuschlag Fr. 180.-)
- Ich teile ein Doppelzimmer mit:
Name:
- Ich habe eine gültige Annullierungsversicherung.

Datum:..... Unterschrift: