

# *Nordic Walking an der Adria, Ankaran*

## *Aktive Erholung in Slowenien, zwischen Triest und Piran*

Willkommen in Ankaran, das wie ein Fenster in die mediterrane Welt ist. Was gibt es schöneres als im Frühling Urlaub und Bewegung zu kombinieren?! Erleben Sie mediterranes Lebensgefühl bei einer Kombination aus körperlicher Tätigkeit, kulinarischen Höhepunkten und kulturellen Schauplätzen. Bei den Nordic Walking Touren (leichte Wanderungen, wir empfehlen dennoch gutes Schuhwerk!) werden Sie wieder von Christa und Franz in gewohnter Manier betreut, die sich schon wieder freuen, Ihnen die Istrianischen Lieblingswanderwege präsentieren zu dürfen!

Mit Blick auf das kristallklare Meer vor der Küste von Ankaran, die sanften Hügel wird einem die Ursprünglichkeit dieser schönen Region bei jedem Atemzug aufs Neue bewusst. Schritt für Schritt steigern sich dabei Vitalität und Wohlbefinden. **Nordic Walking** ist mittlerweile viel mehr als eine reine Trend-Sportart; es zählt für viele Menschen zum fixen Bestandteil eines **gesunden Lebensstiles**.

Abseits der Küsten finden sich ideale Nordic Walking-Regionen. Die Reise ist sowohl für Nordic-Walker als auch für Wanderer bestens geeignet. Geben Sie sich Ihrer Begeisterung für Sport hin und lassen Sie sich gleichzeitig vom Charme der kontrastreichen Landschaften und den vielen Farben rund um Ankaran überraschen.

**Reisetermin: 08.04. – 11.04.2021 (Donnerstag – Sonntag) | mit Christa & Franz Rath**



### **Das Besondere dieser OLIVA Aktivreise:**

- Bewegung am Meer in gemütlicher Atmosphäre
- ausgewählte Touren durch die wunderschöne Landschaft rund um Ankaran, Triest & Piran
- Wellness & Entspannung im persönlich ausgewählten Hotel Convent, Ankaran
- Reisebetreuung und Nordic Walking-Leitung durch Franz und Christa Rath
- Gruppe: 20 – 35 Personen

## Unser Aktiv-Reiseprogramm

### 1. Tag, Donnerstag, 08.04.2021: Anreise nach Izola & Koper – Wandern entlang der Adriaküste

Fahrt über den ehem. Grenzübergang Spielfeld nach Slowenien/Izola. Die liebeliche Altstadt, auf einer Halbinsel gelegen, heißt uns willkommen. In einem landestypischen Lokal wird uns Bobiči, eine typische istrische Suppe, serviert. Danach unternehmen wir unsere erste Wanderung entlang der Adriaküste bis nach Koper, die Stadt der tausend Sonnen. Die malerische Hafenstadt und ihre grüne Umgebung stellen eine Brücke zwischen dem Karst und der mediterranen Welt dar. Auf einem Stadtrundgang erfahren wir Wissenswertes über diese Hafenstadt. Danach fahren wir mit unserem Reisebus ins nahe gelegene Ankaran, eingebettet zwischen Piran und Triest an der slowenischen Adria-Küste liegt unser 4\*Hotel Convent, inmitten einer grünen Oase mit 1500 Bäumen. (-/M/A) | Gehzeit ca. 2 Stunden | Höhenmeter + 0, - 0m.



### 2. Tag, Freitag, 09.04.: Wanderung auf dem Napoleonsweg – Schloss Miramare und Triest



Heute fahren wir morgens mit dem Bus nach Opičina. Von hier aus wandern wir auf dem sog. „**Napoleonsweg**“. Die Straße trägt ihren Namen aufgrund einer Legende, wonach wohl die napoleonischen Truppen sie als erste begangen haben. Allerdings ist es eher wahrscheinlich, dass der Name „Vicentinischer Spazierweg“ vom Nachnamen des Ingenieurs Vicentini herrührt, der sie geplant hat. Im Anschluss besuchen wir **Triest**, die Stadt des Kaffees mit historischen

Kaffeehäusern. Hier haben wir auch Zeit für eine Kaffeepause und ein Mittagessen. Gut gestärkt erfahren wir anschließend Wissenswertes über die Stadt bei einer Führung. Auch das bekannte **Schloss Miramare** lernen wir hierbei kennen (Spaziergang durch die schöne Parkanlage). Nachmittags Rückfahrt mit dem Bus ins Hotel. (F/-/A) | Gehzeit: ca. 4 Stunden | Höhenmeter +100m, -80m

### 3. Tag, Samstag, 10.04.: Wanderung an der malerischen Küste

Nach dem Frühstück fahren wir mit unserem Reisebus nach Izola. Wir genießen wunderbare Ausblicke, wandern an lieblichen Küstenstrecken via Strunjan bis nach Piran. Von hier aus hat man einen tollen Drei-Länder-Blick (Slowenien, Kroatien und Italien). Nach einer kurzen Stadtführung bleibt noch genügend Zeit für ein Mittagessen in einem der zahlreichen Fischlokale direkt am Meer. Am frühen Nachmittag erreichen wir dann noch das nahegelegene Portorož. Rückfahrt zum Hotel. (F/-/A) | Gehzeit: ca. 4 Stunden | Höhenmeter +170m, -170m



### 4. Tag, Sonntag, 11.04.: Die Höhlen von Škocjan – Heimreise

Mit letzten schönen Ausblicken aufs Meer und die Küste verabschieden wir uns von Ankaran und fahren zu den bekannten Grotten von Škocjan. Auf einer 2-stündigen Führung erleben wir dieses unbeschreibliche System von Höhlen. Bereits 1986 wurden sie von der UNESCO in die Liste des Weltkultur- und Naturerbes aufgenommen. Am frühen Nachmittag beginnt die Heimreise zu Ihrem Einstiegsort (Ankunft in Graz um ca. 18.00 Uhr; in Wien um ca. 20.00 Uhr).

*Wir laden Sie ein, die Schönheit der Bewegung beim Gehen mit Stöcken zu entdecken,  
Ihre Gesundheit und Fitness zu verbessern und damit Ihr Leben nachhaltig zu bereichern.  
„Der Weg ist das Ziel und der nächste Schritt ist immer der wichtigste.“  
In diesem Sinne wünschen wir viel Freude beim Nordic Walking!*

**Christa und Franz Rath**



**Hinweis:**

Programmänderungen aus meteorologischen und organisatorischen Gründen vorbehalten. Des Weiteren empfehlen wir allen Teilnehmern eine gewisse Trittsicherheit sowie eine entsprechende Wanderausrüstung (festes Schuhwerk, Walkingstöcke, etc.).

**Enthaltene Leistungen:**

- Busfahrt im modernen Reisebus ab/an Steiermark
- (Vienna International Busbahnhof, Wiener Neustadt, Hartberg, Gleisdorf, Graz, Leibnitz; weitere Einstiegsstellen auf Anfrage)
- 3x Nächte im handverlesenen 4\*Hotel Convent, Ankaran/Slowenien
- Begrüßungsgetränk
- 3x reichhaltiges Vital-Frühstücksbuffet
- 3x Abendessen in Buffetform
- Reisebegleitung und Nordic Walking-Leitung: Christa und Franz Rath
- alle Nordic Walking-Touren gemäß Reiseprogramm
- 1x Picknick und 1 Getränk
- Benützung: Hallenbad & Wellnessbereich (-10 % auf Saunabesuche)
- Eintritt mit Führung Höhlen von Škocjan
- alle Gebühren und Steuern

**Preis pro Person im Doppelzimmer EUR 350,00**

**Preis pro Person im Einzelzimmer EUR 410,00**

**Nicht enthaltene Leistungen:**

- persönliche Ausgaben, Getränke zu den Mahlzeiten im Hotel, Trinkgelder
- Storno- & Reiseversicherung



### Gesundheitsplus!

Wussten Sie, dass ...

... man am Meer in einem Tag rund 10 Milliarden Teilchen einatmet, die sich gesundheitsfördernd auf die Atemwege, Bronchien und Lungen auswirken? Deshalb hat der Spaziergang am Meer eine entspannende und heilende Wirkung.

### Unser Hotel: Hotel Convent\*\*\*\*, Ankaran

Das Hotel Convent befindet sich direkt am Meer, eine grüne Oase zwischen Triest und Piran.

Das Hotel Convent\*\*\*\* ist ein romantisches altes Kloster, welches auf 4-Sterne Niveau umgebaut wurde. Hier erleben Sie einzigartiges Ambiente aus vergangenen Zeiten, mit einem Hauch vom mediterranen Stil. Besonders im schönen Innenhof findet man ein ruhiges Plätzchen um vom Alltag abzuschalten. Nur 150 m vom Meer entfernt bietet die Anlage für Jeden den richtigen Urlaub. Tennis, Mini Golf, Bowling, Strandanlage mit Restaurant und Bars, ein eigener Wellnessbereich mit Hallenbad und Meerwasser und Meerblick, Sauna- und Massagemöglichkeiten sowie ein außen Swimmingpool (in den Sommermonaten) stehen den Gästen zur Verfügung. Zahlreiche Ausflugsmöglichkeiten in näherer Umgebung wie Piran, Izola, Triest mit dem märchenhaften Schloss Miramare laden zu eindrucksvollen Unternehmungen ein.



Weitere Informationen zum Hotel finden Sie auf der Internetseite: <https://www.adria-ankaran.si>

### Das Reiseziel:

Entdecken Sie gemeinsam mit Christa und Franz diesen reizvollen Landstrich in Slowenien. Spektakuläre Aus- und Einblicke erwarten Sie: auf Küstenorte, auf Hafenstädte, auf den Karst und auf Hügel mit Weingärten und auf das Meer. Mit uns reisen Sie auf den Spuren von Kaiser Franz Josef und österreichischer Geschichte. Sie nächtigen direkt an der slowenischen Küste, besuchen Triest, das vielen wie das „Wien am Meer“ erscheint und sehen die Salinen des Hafenstädtchens Piran... fast ein Geheimtipp! Das Zusammentreffen verschiedener Kulturen spiegelt sich auch in Küche und Keller wider – freuen Sie sich auf die lokalen Spezialitäten.

### Einreisebestimmungen: Gültiger Reisepass

Gesundheitsbestimmungen: Es sind keine Impfungen vorgeschrieben. Das Wiener Zentrum für Reisemedizin empfiehlt in Europa die generellen Impfungen des Österreichischen Impfplanes. Nähere Auskünfte erhalten Sie unter +43 (1) 40 383 43 bzw. [www.reisemed.at](http://www.reisemed.at). Bitte kontaktieren Sie diesbezüglich entweder Ihren Hausarzt oder das jeweilige Gesundheitsamt. Wir weisen darauf hin, dass alle Reiseteilnehmer in angemessener körperlicher Verfassung sein müssen.

## Sie haben noch Fragen? – Gerne sind wir für Sie da!

**Buchung & Kontakt:** Oliva Reisen | Warnhauserstraße 10, 8073 Feldkirchen bei Graz, Austria |

+43 (0) 316/29 109 52 [mail@olivareisen.at](mailto:mail@olivareisen.at) | [www.olivareisen.at](http://www.olivareisen.at)

Montag – Freitag | 09.00 Uhr – 12.00 Uhr und 13.00 Uhr – 17.00 Uhr

**Veranstalter: Oliva Reisen, GISA Zahl: 19872964**

**Diese Informationen wurden mit viel Sorgfalt zusammengestellt.**

**Für Vollständigkeit und Richtigkeit kann keine Gewähr übernommen werden. Programmänderungen vorbehalten.**