

ECHTE ERLEBNISSE

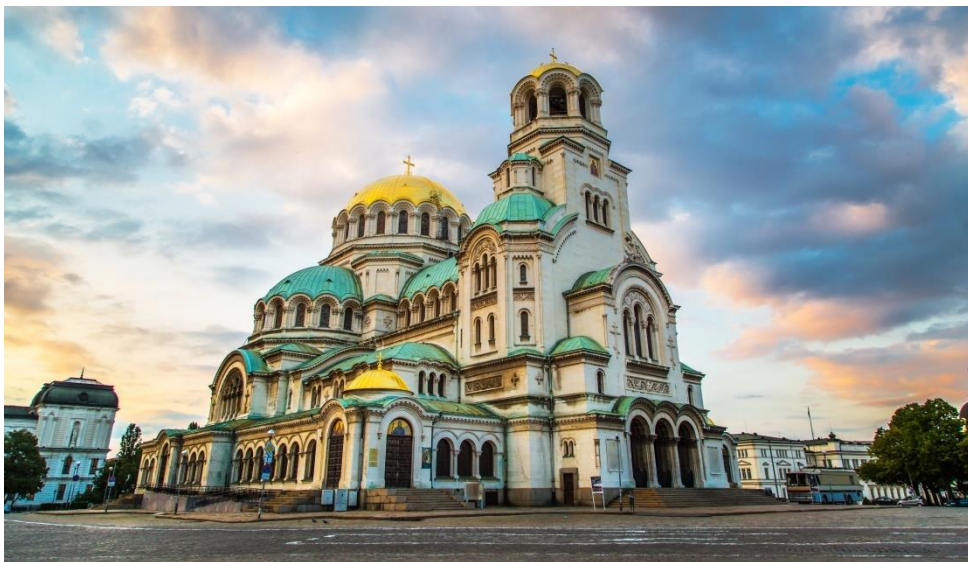
REISEN MIT
SINNEN

REISEN MIT SINNEN
Pardon/Heider Touristik GmbH
Erfurter Str. 23
D- 44143 Dortmund
Fon 0231-589792-0
Fax 0231-164470
info@reisenmitsinnen.de
www.reisenmitsinnen.de
www.kapverdischeinseln.de

BULGARIEN

URSPRÜNGLICH & TRADITIONELL

**12-tägige Kultur- und Naturreise mit
qualifizierter Reiseleitung**



Ihre Europa-Spezialisten: ☎ 0049 (0)231 589792-50, ✉ europa@reisenmitsinnen.de

HIGHLIGHTS

Sofia: zwischen Aufbruch und Ostblock-Charme

Wandererlebnisse in den Bergwelten von Vitosha, Rila und Pirin

Besinnlich und lebendig zugleich: Zu Besuch im Rila Kloster

Ein Hauch von Mystik: Lieder und Legenden in den Rhodopen

BULGARIEN

12 TAGE, 8-14 GÄSTE

KUNST & KULTUR, NATUR, WANDERN, ALLTAGSKULTUR

REISELEITER: JULIAN



PRIMA KLIMA

Klimafreundlich reisen inklusive. Bei dieser Reise kompensieren wir die CO₂-Emission Ihrer Flug- oder Bahnreise und alle Transporte in den Zielgebieten über atmosfair. Dazu gehören sämtliche Inlandsflüge, Bahn-, Schiffs- oder Bustransfers.

Mehr hierzu finden Sie weiter unten.

Manchmal kommt´s auf die Betonung an – dann wird aus der graziilen Sofia das mystisch-aufregende Sofia. Erkunden Sie Kirchen, Klöster und Kulinarik der Stadt des Balkanlandes.

KARTE ZUR REISE



DETAILLIERTE REISEINFORMATION

Highlights	2
Prima Klima	2
Karte zur Reise.....	3
Detaillierte Reiseinformation.....	4
TeilnehmerInnen	11
Termine und Preise	11
Im Preis enthalten	12
Optional buchbare Leistungen	12
Nicht im Preis enthalten	12
Es geht ums Fliegen und um Klimaschutz*	13
Prima Klima – CO ₂ -neutral reisen!	13
Anreise	14
Reiseschutz**	15
Aktivitäten	15
Unterkünfte & Verpflegung.....	16
Informationen zum Reiseland	20
Erleben und Genießen	21
Praktische Reiseinformationen	22
In eigener Sache: Unsere Philosophie	24
Eigene Notizen	27
Beratung und Buchung	28

REISEVERLAUF – 12 TAGE

(Verpflegung: **F** = Frühstück, **M** = Mittagessen, **A** = Abendessen)

Die Angaben zu den Wanderstrecken und -zeiten sind angenäherte Erfahrungswerte und können variieren.

1. Tag: Anreise nach Sofia



Flug nach **Sofia**. Ihre Reiseleitung empfängt Sie am Flughafen. Transfer zum Hotel im Zentrum von Sofia. Viele Sehenswürdigkeiten liegen nur wenige Gehminuten entfernt.

Am Nachmittag treffen wir uns zu einem **ersten Rundgang** durch die Stadt, um das **moderne Leben in Sofia** kennenzulernen. Abends **Begrüßungen** und **Programmvorstellung**. Der Tag schließt mit einem kleinen Spaziergang durch das nächtliche Sofia - genießen Sie die schöne Beleuchtung des **Nationaltheaters**, des **Parlamentshauses** und der **Alexander-Nevski-Kathedrale**.

2 Übernachtungen im Art Plaza Hotel in Sofia. **-/-/A**

2. Tag: Erkundung von Sofia



Stadtrundgang im Zentrum von Sofia. Wir besichtigen die **Ruinen aus dem antiken Serdika**, eine einzigartige Kombination von Christentum, Islam und Judentum auf kleinster Fläche. Nach dem **Palast des Präsidenten** passieren wir die **Sveta-Sofia-Kirche** und die **Alexander-Nevski-Kathedrale**. Von dort geht es zum **Parlamentshaus** und der **Universität von Sofia**.

Der Nachmittag steht im Zeichen der sozialistischen Realität. Ein Besuch des **Museums für sozialistische Kunst** rundet den Nachmittag ab. Im Anschluss treffen wir uns mit einem **bulgarischen Professor** zum Gespräch, das uns interessante Einblicke in dessen Wirken gibt. Der Abend steht zur freien Verfügung. Ergänzen Sie die bisher gesammelten Eindrücke mit individuellen Erkundungen!

F/-/-

3. Tag: Boyana Kirche und Vitosha Gebirge



Den heutigen Tag verbringen wir im **Vitosha Gebirge**, dem Hausgebirge Sofias und beliebtes Naherholungsgebiet der Hauptstädter. Hier befindet sich auch die mittelalterliche bulgarisch-orthodoxe **Boyana Kirche**. Die Kirche ist seit 1979 **UNESCO-Weltkulturerbe**. Als einzigartig und historisch sehr wertvoll gelten die Fresken aus dem 13. Jahrhundert. Die Kirche wurde in drei Bauabschnitten erstellt. Angefangen im 10., fortgesetzt im 13. und beendet im 19. Jahrhundert. Gewidmet und geweiht ist sie den Heiligen Nikolaus und Pantalejmon.



Im Anschluss beginnt die heutige **Wanderung im Tier- und Pflanzenreichen Naturpark**. Belohnt werden wir mit einer beeindruckenden Panoramasicht auf Sofia und Umgebung.

Weiterfahrt zur Unterkunft im **Kurort Sapareva Banja**, bekannt für seine Mineralquellen. Im Hotel haben Sie Zeit, die SPA-Einrichtungen des Hotels zu genießen.

Wanderung: 8 km, ca. 3 Std. Gehzeit, +/-520 Hm.
2 Übernachtungen im Hotel Via Lacus in Sapareva Banja.

F/-/A

4. Tag: Die Sieben Rila Seen



Wir starten den heutigen Tag mit einer **Seilbahnfahrt** in das Rila Gebirge. Die Fahrt eröffnet atemberaubende Ausblicke auf die umliegende Landschaft. Eine **Rundwanderung** führt uns zu den **Sieben Rila Seen**. Wir erfahren von unserem Reiseleiter, was es mit den Namen der Seen auf sich hat. Jeder See hat seine eigene Geschichte. Dem Gebierr der Rila Seen wird ein sehr starkes Energiefeld zugesprochen. Für die **Danovisten** - Anhänger der weißen Bruderschaft - gilt es als heilig. Sie treffen sich jährlich am Ufer des **Babreka-Sees** (zu dt. Niere), um mit Ritualtänzen das neue Sonnenjahr zu begrüßen.

Wanderung: 10 km, ca. 4,5 Std. Gehzeit, +/-600 Hm.

F/-/A

5. Tag: Rila Kloster und Bansko



Unser heutige Tag beginnt mit einer Fahrt zum **Nationalheiligtum der Bulgaren**: dem **Rila Kloster**, das größte Bulgariens. Das Kloster liegt inmitten bewaldeter Hügel in einer mittelalterlichen Festung. Es gilt als Manifest eines neu erwachten Nationalgefühls und Symbol für die Bulgarische Wiedergeburt.

Am Nachmittag spazieren wir durch **Bansko**, am Fuße des **Piringerbirges** und im Tal des Flusses **Mesta** gelegen. Während der Zeit der nationalen Wiedergeburt war Bansko eines der **kulturellen Zentren** des Landes. Fahrt nach **Dobrinishte** und Check-In im Hotel.

Am Abend laden uns **Georgi und seine Frau Stefka** zu sich nach Hause ein. Es erwartet uns bulgarische Gastfreundschaft und ein hausgemachtes Abendessen mit **lokalen Spezialitäten**. Viele Produkte bauen die beiden in ihrem Garten an.

2 Übernachtungen im Hotel Valentino 2 in Dobrinishte.

F/-/A

6. Tag: Pirin Nationalpark und Tanzbärenreservat



Der **Pirin Nationalpark** ist **seit 1983** unter dem Schutz von **UNESCO**. Die ursprüngliche Natur ist sehr gut erhalten. **Viele Bäche** durchqueren die Landschaft, **seltene Pflanzenarten** wie das Edelweiß sind hier zuhause. Wir erkunden den Park bei einer kleinen Wanderung und erfahren unter anderem, was es mit dem **ältesten Baum Bulgariens**, eine mehr als 1.300 Jahre alte Kiefer, auf sich hat. Fahrt nach **Belitsa**. Mittagessen in einem kleinen **Familienrestaurant** am Bergbach, bekannt für seine fangfrischen Forellen.

Anschließend besuchen wir das **Tanzbärenreservat Dancing Bears Park**, mit 120.000 Quadratmetern das größte europäische Bärenschutzzentrum seiner Art. Während einer ausführlichen Führung durch die Anlage erfahren wir von der Geschichte des Parks und **Hintergründe der Tierschutzarbeit** vor Ort.



Auf dem Rückweg zur Unterkunft in **Dobrinishte** machen wir Halt in **Dobarsko**, bekannt für seine **ungewöhnlichen Wandmalereien**: darunter die verblüffende Darstellung von Jesus Christus in einem Welt- raumschiff.

Wanderung: 5 km, ca. 2,5 Std. Gehzeit, +/-340 Hm.

F/M/A

7. Tag: Rhodopen - **Legenden und Folklore**



Weiterfahrt in die **Rhodopen**. Bereits die Fahrt gestaltet sich spannend, es erwarten uns Ausblicke über hohe Fels- wände, herrliche Wälder, alpine Wiesen und kleine Dörfer. Erster Stopp ist die **dreistöckige Yagodinska- Höhle Bulgariens**, mit einer Länge von 10 Kilometern die **längste Höhle Bulgariens**. Ein Pfad führt durch die fast surreal wirkende Untergrundwelt mit ihren bizarren Felsformatio- nen, Stalagmiten und Stalaktiten. Mittagspause in Trigrad. Durch die **Schlucht von Trigrad** geht es zur sagenum- wobenen **Teufelsrachenhöhle Diawolsko Gurlo**. Der griechischen Mythologie zufolge ist Orpheus durch diese Höhle in die Unterwelt gestiegen, um seine Geliebte Eury- dike zu suchen.



Danach besuchen wir das **Museumsdorf Schiroka Luka**, wo wir die typische Architektur der Bulgarischen Wieder- geburt kennenlernen. Das Dorf ist auch ein wichtiger Ort für die Herstellung **traditioneller Instrumente**, zum Beispiel der **Gaida** (bulgarischer Dudelsack). Weiterfahrt zu unserer Unterkunft, mitten in der **rhodopischen Berg- landschaft** gelegen.

2 Übernachtungen im Mountain Lake Resort in Smoljan.

F/-/A

8. Tag: Freizeit oder optionale Wanderung in den Rhodopen



Tag zur freien Verfügung. Genießen Sie die schöne Umgebung Ihrer Unterkunft bei einem Spaziergang oder entspannen Sie im SPA-Bereich des Resorts. Falls Sie aktiv sein möchten, besteht die Möglichkeit einer **entspannten Wanderung durch das magische Rhodopen-Gebirge**. Auf unserem Weg passieren wir erfrischende Wasserfälle, Seen und Flüsse und lernen Interessantes über den Geburtsort von Orpheus.

Optionale Wanderung: 9 km, ca. 4 Std. Gehzeit, +/-400 Hm.

F/-/-

9. Tag: Batschkowo Kloster und das lebhaftes Plovdiv



Fahrt zum zweitgrößten Kloster Bulgariens: das **Batschkowo Kloster** wurde im 11. Jahrhundert vom **Georgier Gregor Pakouranios** gegründet. Es ist der **Heiligen Jungfrau Maria** gewidmet, der man wundertätige Kräfte zuschreibt.

Danach besuchen wir **Plovdiv**, das im letzten Jahr zur europäischen **Kulturhauptstadt 2019** ernannt wurde. Die Stadt ist von einer bewegten Vergangenheit gezeichnet. Wir spazieren durch die steilen, engen Gassen der Altstadt mit ihren dekorativen Renaissancehäusern.



Außerdem passieren wir unter anderem das **römische Stadion** (4. Jahrhundert), die **Dzumama Moschee**, eine der ältesten Moscheen auf der Balkanhalbinsel und das **römische Amphitheater** aus dem 2. Jahrhundert.

Am späten Nachmittag fahren wir zu unserer Unterkunft im **Kurort Hisarya**, bekannt für sein heilendes Mineralwasser. Stellenweise sind die **römischen Festungsmauern** noch bis zu einer Höhe von zwei Metern erhalten.

2 Übernachtungen im Hotel Hissar in Hisarya.

F/M/A

10. Tag: Thrakische Könige und das Tal der Rosen



Fahrt nach **Kazanlak**. Das **archäologische Museum** der Stadt dient als Einführung zur **thrakischen Geschichte**. Das Gebiet nördlich von Kazanlak wird das **Tal der thrakischen Könige** genannt. Hier befinden sich mehrere **Grabstätten**, von denen das **Kazanluschka Grabnitsa Grabmal** aus dem 3. Jahrhundert mit sehr gut erhaltenen Wandmalereien (UNESCO-Weltkulturerbe) das bekannteste ist.



Eine weitere Besonderheit der Region sind die **Rosenfelder**. Bulgarien gehört neben der Türkei zu den größten Exporteuren von Rosenöl. In einer **Rosenölestille-rie** erhalten wir **Einblicke in die Produktion** von Rosenöl. Am Nachmittag geht es zurück zum Hotel. Genießen Sie einen Kaffee im idyllischen Garten oder nutzen Sie das umfangreiche SPA-Angebot des Hotels.

F/-/-

11. Tag: Starosel, Thrakischer Wein und Koprivstizza



Fahrt nach **Starosel**, eine der größten thrakischen Kultstätten mit **Tempeln und Grabmälern**. Besichtigung eines thrakischen Tempels, der erst 2004 ausgegraben wurde. Die thrakische Tiefebene ist auch für ihren **Rotwein** bekannt. Die Thraker waren begnadete Winzer, wie man schon beim antiken Dichter Homer nachlesen kann. Wir haben die Gelegenheit, uns bei einer **Verkostung** von der Qualität des hiesigen Weins zu überzeugen.



Weiterfahrt zum **Museumsdorf Koprivstizza**. Es beherbergt über **350 Architekturdenkmäler** aus der bulgarischen Wiedergeburt (18. Jahrhundert), darunter mehrerer **Museumshäuser**, teilweise von berühmten Dichtern, Schriftstellern und Revolutionären. Fahrt nach Sofia und Abschiedsessen.

F/-/A

12. Tag: Abreise



Am Morgen haben Sie Zeit noch einmal individuell durch Sofia zu spazieren. Transfer zum Flughafen Sofia und Rückflug nach Deutschland.

F/-/-

Programmänderungen, z. B. durch Flugzeitenänderungen oder ungünstige Witterungsbedingungen behalten wir uns vor!

TEILNEHMERINNEN

8 bis 14 Personen

TERMINE UND PREISE

BGN-180523	Mi. 23.05.	- So. 03.06.2018	1.690 €	
BGN-180905	Mi. 05.09.	- So. 16.09.2018	1.690 €	

Einzelzimmerzuschlag:

220 €

Hinweis für Alleinreisende: Die Buchung eines halben Doppelzimmers ist je nach Verfügbarkeit möglich. Falls zum Zeitpunkt Ihrer Buchung noch kein gleichgeschlechtlicher Zimmerpartner angemeldet ist, berechnen wir einen reduzierten Einzelzimmerzuschlag von 60%. Bei voller Belegung des Doppelzimmers wird dieser Zuschlag umgehend gutgeschrieben.

 **Garantierte Durchführung ab 2 Personen!**

Frühbucher sparen 51 €.

Frühbucherrabatt: 3 % bei Buchung bis zu 6 Monate vor Reisebeginn.

IM PREIS ENTHALTEN

- Flug Frankfurt – Sofia – Frankfurt (vrs.) mit Lufthansa in der Economy Class
- Alle Transfers laut Programm im Privatfahrzeug
- Insg. 11 Übernachtungen (6x mit Pool & SPA) in DZ, Du/WC (s. Unterkünfte)
- 11x Frühstück, 2x Mittag-, 8x Abendessen (tlw. mehrgängig)
- Programm-Details: Stadtrundgang in Sofia, Plovdiv, Shiroka Luka, Koprivstiza, Besichtigung Boyana Kirche, Rila und Batschkowo Kloster, Kazanluschka Grobnitza Grabmal, Rosendestillerie, 3 Wanderungen, Besuch archäologisches Museum in Kazanlak, Bärenreservat, Weinverkostung, Begegnungen, Eintritte laut Detailprogramm
- Qualifizierte Reiseleitung in Deutsch
- CO2-neutral reisen! Kompensation der Internationalen Flüge und aller Transfers (Bahn, Bus, Fähre, Inlandsflüge, etc.) mit atmosfair*
- Reiseführer (Bulgarien, Reise-Know-How 2013)
- Infomaterial

OPTIONAL BUCHBARE LEISTUNGEN

- Business-Class: ab 350 €
- Innderdeutsche Zubringer: 130 €
- Rail&Fly 2. Kl.: 75 €, 135 € in der 1. Klasse
- Reiseschutz. Gern machen wir Ihnen ein Angebot über unseren Partner, der Europäischen Reiseversicherung (ERV) als Jahresschutz oder einmalig für diese Reise.**
- Verlängerung: Gerne senden wir Ihnen per Email oder Post weitere Informationen zu den Verlängerungsmöglichkeiten zu.

NICHT IM PREIS ENTHALTEN

- An- und Abreise zum Flughafen Frankfurt
- Getränke und Verpflegung, soweit nicht anders im Programm erwähnt
- Trinkgelder und sonstige persönliche Ausgaben

ES GEHT UMS FLIEGEN UND UM KLIMASCHUTZ*

Flugreisen belasten die Umwelt stark durch den Ausstoß von CO₂. Unsere Erdatmosphäre verträgt jedoch nur eine bestimmte Menge an Kohlendioxid. Um diese Emission auszugleichen, können Flugpassagiere freiwillig einen von den Emissionen abhängigen Klimaschutzbeitrag an die Klimaschutzorganisation **atmosfair** zahlen, der dazu verwendet wird, erneuerbare Energien in Ländern auszubauen, wo es diese noch kaum gibt, also vor allem in Entwicklungsländern. Damit spart **atmosfair** CO₂ ein, das sonst in diesen Ländern durch fossile Energien entstanden wäre. Und gleichzeitig profitieren die Menschen vor Ort, da sie häufig zum ersten Mal Zugang zu sauberer und ständig verfügbarer Energie erhalten, ein Muss für Bildung und Chancengleichheit.

nachdenken • klimabewusst reisen



PRIMA KLIMA – CO₂-NEUTRAL REISEN!

Klimafreundlich reisen inklusive. Achten Sie auf unsere Klimaschutz-Zeichen. Bei allen Europareisen kompensieren wir Ihre Flug- oder Bahnreise und alle Transporte in den Zielgebieten über **atmosfair**. Dazu gehören sämtliche Inlandsflüge, Bahn-, Schiffs- oder Bustransfers. Auch einige der Fernreisen stellen wir durch die CO₂-Kompensation komplett klimaneutral.

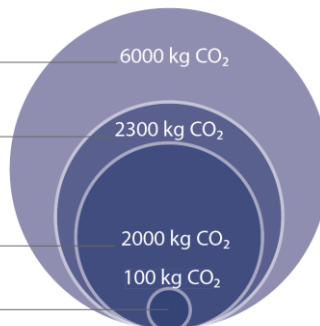
**Frankfurt-Singapur
(Hin und zurück, Economy)**

**Klimabudget einer Person pro Jahr, um
die Klimaerwärmung auf 2° C zu
begrenzen**

Wohnen,
Transport, Freizeit, etc.

**Ein Jahr Autofahren,
35 km pro Tag**

**Kühlschrank,
ein Jahr**



Das Fliegen wirkt sich, wie Sie in der Grafik leicht erkennen können, besonders negativ auf unser Klima aus. Unsere und Ihre Kompensationszahlungen kommen vor allem dem Energiesparprojekt „Neue Energie für Nepal“ zu Gute. Dem Klima ist es gleich, wie und wo es geschützt wird. Hauptsache, es passiert. (Weitere Informationen siehe www.atmosfair.de).

Das Energiesparprojekt „Neue Energie für Nepal“

Nach den verheerenden Erdbeben im April und Mai 2015 in Nepal unterstützt atmosfair den Wiederaufbau von Schulen, Krankenstationen, touristischen Infrastrukturen sowie privaten Haushalten mit erneuerbaren Energien. Je nach Bedarf vor Ort sollen dabei Solar-Panels für Strom, Biogasanlagen und effiziente Öfen zum Kochen sowie solare Warmwasseranlagen zum Einsatz kommen.

Mit Ihrer Spende möchten atmosfair und REISEN MIT SINNEN sowohl die Soforthilfe in den Notunterkünften mit mobilen Energieträgern als auch die längerfristige Instandsetzung der Energieversorgung durch erneuerbare Energien finanzieren. Ziel ist es, so den energetischen Wiederaufbau Nepals mittels CO₂-armen und ressourceneffizienten Technologien zu unterstützen.



atmosfair führt dieses Projekt gemeinsam mit dem forum anders reisen, REISEN MIT SINNEN und bestehenden Projektpartnern vor Ort durch. So ist garantiert, dass die Hilfe schnell und praktisch ankommt.

ANREISE

Die Anreise erfolgt voraussichtlich mit Lufthansa von Frankfurt nach Sofia. Der Rückflug startet ebenfalls von Sofia aus nach Frankfurt. Für die Anreise zum Flughafen bieten wir Ihnen sehr gerne Rail&Fly Tickets oder Innerdeutsche Zubringer an.

Ebenso haben Sie die Möglichkeit Ihren Flug auf die Business-Class upzugraden. (siehe Optional Buchbare Leistungen)

Rail&Fly-Ticket, 2. Klasse, retour	Rail&Fly-Ticket, 1. Klasse, retour
75 €	135 €

REISESCHUTZ**

Haben Sie bereits an Ihren Reiseschutz gedacht?

Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktritts- und Reiseabbruch-Versicherung* zur Deckung der Rückführungskosten bei Unfall oder Krankheit sowie einer Auslands-krankenversicherung. Oft lohnt sich ein Vergleich der Preise der Jahres- und Einzelversicherung.

** Unsere Gäste mit ständigem Wohnsitz in der Schweiz bitten wir, sich für nähere Informationen hierzu an die Vertretung der Europäischen Reiseversicherung in der Schweiz zu wenden.*

Gerne erstellen wir Ihnen ein konkretes Angebot.

AKTIVITÄTEN

Die 3 leichten bis moderaten Wanderungen sind bis zu 10 km lang, bis ca. 5 Std. Gehzeit und 600 Hm. Eine optionale Wanderung (ca. 4 Std. Gehzeit). In den Städten sind wir meist zu Fuß unterwegs. Trittsicherheit und gutes Schuhwerk sind erforderlich.



UNTERKÜNFTE & VERPFLEGUNG

Bei unserer Auswahl der Übernachtungsmöglichkeiten achten wir stets darauf, Komfort mit einer landestypischen Unterkunft zu verbinden. Auf dem Land sind die Hotels etwas einfacher als in der Stadt.

Sofia: Art Plaza Hotel



Das Art Plaza Hotel liegt im Stadtzentrum von Sofia. Der Nationalen Kulturpalast, das Theater Iwan Wazow und das Archäologische Museum befinden sich wenige hundert Meter entfernt.

Lage: im Stadtzentrum von Sofia

Kategorie: 3-Sterne-Hotel (Landeskategorie)

Ausstattung: 24-Stunden-Rezeption, Kabel-TV und Wasserkocher auf dem Zimmer, WLAN in allen Bereichen kostenfrei

Zimmer: 33 Zimmer

www.artplazahotel.bg/en/

Sapareva Banya: Via Lacus



Das Hotel Via Lacus liegt an einem Nordhang des Rila-Gebirges und ist idealer Ausgangspunkt zur Erkundung des Gebirges. Der gemütliche Outdoor Poolbereich und das SPA & Wellnesscenter des Hotels laden zum Relaxen ein.

Lage: in Sapareva Banya, Bezirk Kjustendil

Kategorie: 3-Sterne-Hotel (Landeskategorie)

Ausstattung: Restaurant & Bar, Außenpool, Sonnenterrasse, SPA & Wellnesscenter, WLAN in allen Bereichen des Hotels kostenfrei

Zimmer: 18 Zimmer

Dobrinishte: Hotel Valentino 2



Das kleine, ruhige gelegene Hotel Valentino 2 ist ideal zum Entspannen nach einem ereignisreichen Tag. Genießen Sie das schöne Panorama der drei umliegenden Gebirge Pirin, Rila und Rhodopen im großzügigen Garten oder nutzen Sie das SPA-Angebot des Hotels.

Lage: in Dobrinishte, Provinz Blagoevgrad, Bulgarien
Standard: 3-Sterne-Hotel (Landeskategorie)

Ausstattung: Restaurant, Garten, Außenpool, SPA-Bereich

Zimmer: 19 Zimmer

valentino2.dobrinishte-bg.com

Smoljan: Mountain Lake Resort



Die Mountain Lake Lodge Smoljan liegt in einem typischen Rhodopen Haus mitten in den Bergen. Eine Oase der Ruhe nach einem spannenden Tag!

Lage: in Smoljan, Bulgarien

Standard: familiäres 3-Sterne-Resort (Landeskategorie)

Ausstattung: Restaurant & Bar, Pool, SPA-Bereich, WLAN in allen Bereichen des Hotels kostenfrei

Zimmer: 18 Apartments & Studios, 1 Penthouse

www.mountainlake-bg.com

Hisary: Hotel Hissar



Das Hotel erwartet Sie mit Außenpool und großzügigem SPA-Angebot, darunter Dampfbad, Sauna und Pool mit heißem Mineralwasser. Das Hotel ist ideal, um den Ort Hisarya zu erkunden. Stellenweise sind die römischen Festungsmauern noch bis zu einer Höhe von zwei Metern erhalten.

Lage: im Kurort Hisarya, 45 km nördlich von Plovdiv

Kategorie: 4-Sterne-Hotel (Landeskategorie)

Ausstattung: Restaurant & Bar, SPA-Bereich, Klimaanlage, Kabel-TV, WLAN in allen Bereichen des Hotels kostenfrei

Zimmer: 166 Zimmer

www.spahotelhissar.com/de

In unserem Reisepreis sind das Frühstück, zwei Mittagessen, ein Snack und fast alle Abendessen enthalten. Die bulgarische Küche ist einfach, aber schmackhaft. Bei den nicht enthaltenen Mahlzeiten möchten wir Sie ermutigen, auch einmal auf eigene Faust etwas Neues zu probieren.

Der Großteil der Reise wird mit Minibussen durchgeführt. Es werden keine öffentlichen Verkehrsmittel genutzt.

IHRE REISELEITUNG

Bei REISEN MIT SINNEN sind Sie immer in guten Händen, natürlich auch während Ihrer Reise. Wir legen Wert auf eine hochwertige und kompetente Reiseleitung. Sie, als unsere Gäste möchten Ihr Reiseziel mit allen Sinnen erleben und erwarten eine fachlich wie persönlich kompetente Reiseleitung, einen Menschen, der das besuchte Land kennt, mit Freude durch das Programm führt und als Vermittler zwischen den Kulturen agiert. Die vielfältigen Ansprüche sind uns und unseren Reiseleitern bekannt. Qualifizierungsworkshops und eine sorgfältige Auswahl sind bei uns obligatorisch.

Da wir in der Regel in kleinen Gruppen mit maximal 12 oder 14 Gästen reisen, hat unsere Reiseleitung die Möglichkeit auf Ihre individuellen Wünsche direkt einzugehen und das besuchte Land real und authentisch vorzustellen.

Ihre Gruppenreise wird von unserem geschulten Reiseleiter Julian Dimitrov begleitet.

In den „Letzten Reiseinformationen“, die Sie zwei bis drei Wochen vor dem Beginn Ihrer Reise erhalten, stellen wir Ihre Reiseleitung nochmals ausführlich vor.

Julian Dimitrov



Reisen und neue Kulturen kennenzulernen, liegt mir im Blut. Als gebürtiger Bulgare zieht es mich immer wieder in mein Land. Begegnungen zu schaffen, ist mir auf Reisen stets wichtig. In Berlin habe ich seit 2001 meine zweite Heimat gefunden und auch dort mein Tourismusstudium abgeschlossen.

AUSRÜSTUNG UND KLEIDUNG

Nehmen Sie möglichst einen Rollkoffer oder eine bequem zu tragende Reisetasche mit. Während der Wanderungen oder anderer Tagesausflüge empfiehlt sich ein Tagesrucksack – praktisch auch als Handgepäck für den Flug!

- Rollkoffer, Reisetasche oder Rucksack
- Tagesrucksack
- eingelaufene Wanderschuhe mit Profilsohle
- leichte Halbschuhe, eventuell Sandalen
- (Regen-) Jacke, Pullover
- leichte Bekleidung (T-Shirts, dünne Hemden und Hosen – keine engen Jeans)
- langärmelige T-Shirts oder Hemden für abends
- ggf. Badesachen
- Hygieneartikel nach persönlichem Bedarf
- Taschenlampe, kleines Taschenmesser, z.B. „Schweizer Messer“
- Wasserflasche für die Wanderungen
- Fotoausrüstung und Akkus bei digitaler Fotografie
- Sonnenbrille, Sonnencreme
- Reiseapotheke „Erste Hilfe“, persönliche Medikamente, Moskitoschutz
- kleiner Reisewecker
- Kopie von Pass und Flugticket
- Bargeld in EUR
- Kredit- und/oder EC-Karte
- Reiseliteratur

Die Liste soll nur als Richtschnur dienen. Wichtig: Nehmen Sie bitte nicht zu viel mit. Bei Fragen zu der notwendigen Ausrüstung stehen wir Ihnen selbstverständlich gerne mit weiteren Informationen zur Verfügung.



INFORMATIONEN ZUM REISELAND

Bulgarien gilt als sicheres Reiseland. Achten Sie allerdings darauf, die üblichen Sicherheitsvorkehrungen einzuhalten wie beispielsweise keinen wertvollen Schmuck, sowie große Bargeldbeträge all zu offen zur Schau zu stellen bzw. Ihre Wertsachen unbeaufsichtigt liegen zu lassen. Tragen Sie Ihre Handtasche in größeren Menschenansammlungen besser nah am Körper.

Detaillierte Informationen zur aktuellen Sicherheitslage im Land erfahren Sie in den [Reise- und Sicherheitshinweisen auf der Webseite des Auswärtigen Amtes](#) bzw. auf Nachfrage direkt bei uns.

Religion

Etwa 85% der bulgarischen Bevölkerung gehören dem Christentum an. Wobei die Mehrheit klar von der Bulgarisch-Orthodoxen Kirche gebildet wird. Muslimische Gläubige bilden mit ca. 12% die Minderheit in Bulgarien.

Sprache und Verständigung

Bulgarisch gehört zur südslawischen Sprachfamilie. Auch wenn man in den touristischen Orten mittlerweile neben kyrillischen auch Schilder mit lateinischen Buchstaben findet, wird man nicht umhin kommen, sich auch mit der kyrillischen Schrift auseinanderzusetzen. Sie sollten daher versuchen, ein paar grundsätzliche bulgarische Wörter zu lernen, um sich verständlich zu machen. So können Sie überall Ihr Essen bestellen und ggf. nach der Toilette fragen.

Klima und Reisezeit

Das Klima in Bulgarien ist recht unterschiedlich. In Nordbulgarien herrscht, durch die Donau-Tiefebene bedingt, eher kontinentales Klima. Hier finden sich die typischen, sehr heißen und trockenen Sommer und kalte Winter mit viel Schnee. Im Südwesten an der Grenze zu Griechenland und zur Türkei ist der Einfluss der Ägäis mit ihrem mediterranem Klima deutlich zu spüren.

Die Gebirge zeigen nochmals eigene Klimabesonderheiten: Der Balkan ist im Winter auf der Nordseite von den kalten Kontinentaleinflüssen geprägt, auf der Südseite findet sich aber eher selten Schnee.

In den Rhodopen wird das Klima nach Osten hin milder, im Westen herrscht in den Höhenlagen wie auch im Rila- und Piringebirge hochalpines Klima.

Im Sommer erreichen die Temperaturen im Südwesten durchschnittlich über 27 Grad. Im Winter sinken diese auf durchschnittlich 3 – 4 Grad.

Die Sommermonate (Juli und August) könnten für Besichtigungstouren von Städten oder Rundreisen in Bulgarien zu heiß sein. Die milderen Temperaturen im Frühjahr und vor allem der Herbst sind hier geeigneter. Die beste Reisezeit für eine Rundreise sind daher die Monate Mai/Juni und September.

ERLEBEN UND GENIESSEN

Andere Länder, andere Sitten! Dieser viel zitierte Satz hat seine Gültigkeit nicht verloren. Viele unserer Verhaltensmuster lassen sich kaum innerhalb weniger Flugstunden ändern, doch durch Offenheit, die Einhaltung der üblichen Höflichkeitsregeln und ein wenig Humor, haben wir als Reisende die Chance, nicht nur wegen der Devisen ein gerngesehener Gast zu sein.

Besondere Verhaltensregeln

Während eine Kirchen- und Klosterbesuchs sollten Sie aus Respekt auf kurze Hosen und T-Shirts verzichten - Männer sollten lange Hosen tragen und Frauen zumindest ihre Schultern bedecken um das Heiligtum nicht durch nackte Haut zu entweihen.

Fotografieren

Wenn Sie Menschen fotografieren wollen, fragen Sie vorher bitte um Erlaubnis. Viele Menschen werden es erlauben und für Sie posieren. Respektieren Sie aber auch eine Absage. Von versteckten Aufnahmen raten wir dringend ab. In Kirchen ist das Fotografieren teilweise verboten.

Einkaufen und Souvenirs

Nahezu überall können Sie die notwendigen Kleinigkeiten wie Batterien und Toilettenartikel kaufen. Erwarten Sie allerdings in den abgelegenen Orten keine große Auswahl.

Typische Souvenirs sind Rosenöl bzw. -essenz (aus dem Tal der Rosen), Textilien (insbesondere handgewebte Teppiche), Holzschnitzereien und Keramik. Wie überall gilt auch hier, dass die Qualität durchaus extrem schwanken kann.

Vorsichtig sollten Sie bei „Allround“-Souvenirhändlern sein und Textilien beispielsweise in den dafür bekannten Stadtteilen kaufen. Fragen Sie einfach Ihren Reiseleiter nach guten Tipps!

Essen und Trinken

Das bulgarische Essen ist sehr abwechslungsreich. Die hiesigen Speisen entstammen sowohl dem Okzident als auch Orient. Gekocht wird oft mit viel Öl, die Gewürze können teilweise sehr scharf sein. Unterstützend wirken dabei die zahlreichen frischen Kräuter, Salate, sowie Gemüsesorten, die nahezu jeden Hauptgang begleiten. Wie in vielen südlichen Ländern dient das Essen nicht nur zur Nahrungsaufnahme, sondern wird dies als Ereignis gesehen, bei dem Familie und Freunde zusammen kommen – je mehr desto besser.

Trinkwasser wird an jeder Straßenecke verkauft. Es ist sinnvoll eine 5L-Flasche im Reisebus zu lagern und sich aus dieser nach Bedarf umzufüllen. Leitungswasser sollten Sie vermeiden.

PRAKTISCHE REISEINFORMATIONEN

Visum und sonstige Einreisebestimmungen

EU-Bürger und Schweizer Staatsangehörige benötigen für die touristische Einreise nach Bulgarien einen gültigen Personalausweis oder Reisepass.

Besondere Impfungen sind für Bulgarien aktuell nicht vorgeschrieben.

Bitte beachten Sie, dass jeder Reisende grundsätzlich für die Einhaltung der Einreisebestimmungen selbst verantwortlich ist.

Währung und Geldumtausch

Die Währung in Bulgarien ist der Lew (BGN). Der Lew ist an den Euro gebunden, sodass er keinen Währungsschwankungen zu diesem unterliegt. Der Wechselkurs zum Euro beträgt aktuell ca. 1 € = 1,95 BGN bzw. 1 BGN = 0,51 € (Stand Dezember 2017).

Mit einer EC- oder Kreditkarte können Sie an nahezu allen Geldautomaten problemlos Geld abheben. Außerhalb der großen Zentren ist nur mit Bargeld zu zahlen. VISA und Mastercard und American Express sind die üblich anerkannten Kreditkarten, die EC-Karte hingegen ist zur direkten Bezahlung fast unbekannt.

Zeitverschiebung

Die bulgarische Zeit (Osteuropäische Zeit) liegt 1 Stunde vor der Mitteleuropäischen Zeit.

Post und Telekommunikation

Versenden Sie Ihre Post immer in den größeren Städten und rechnen Sie mit einer Versandzeit von ca. 1 Woche.

Die internationale Vorwahl für Bulgarien ist +359.

Stromspannung

Die Stromspannung in Bulgarien beträgt 220V. In der Regel passen Eurostecker, für Schutzkontaktstecker wird ein Adapter benötigt.

Reiseliteratur

- Frahm, Thomas: Die beiden Hälften der Walnuss: Ein Deutscher in Bulgarien. Books on Demand, 2015.
- Todorova, Danka: Es kommt mir bulgarisch vor. CreateSpace Independent Publishing Platform, 2014.
- Schrobsdorff, Angelika: Grandhotel Bulgaria. dtv, 1997.
- Zacharieva, Rumjana: Bärenfell. Horlemann Verlag, 1999.
- Trojanov, Ilja: Hundezeiten. Hanser Verlag, 1999.

Wichtige Adressen

Botschaft der Republik Bulgarien

Mauerstraße 11

10117 Berlin

Tel.: +49 30 2010922/6

Embassy.Berlin@mfa.bg

www.mfa.bg

Botschaft der Bundesrepublik Deutschland

Ul. Frederic-Joliot-Curie 25

1113 Sofia

Tel.: +359 2918380

www.sofia.diplo.de

Weitere Informationen im Internet

- Allgemeines: www.mfa.bg
www.auswaertiges-amt.de
www.bulgariatravel.org
- Nachrichten: www.bulgarien-web.de
- Gesundheit: www.fit-for-travel.de
www.crm.de
www.die-reisemedizin.de
www.rki.de
- Wechselkurse: www.oanda.com/convert/classic



IN EIGENER SACHE: UNSERE PHILOSOPHIE

REISEN MIT SINNEN und Nachhaltigkeit



Es ist unser Ziel, den Tourismus in den jeweiligen Reiseländern so zukunftsorientiert und verträglich wie möglich zu gestalten. Wir erfüllen den strengen Kriterienkatalog des „forum anders reisen“ für ein umweltgerechtes und sozial verantwortliches Reisen und plädieren, wie inzwischen über 120 Unternehmen, für einen auf Nachhaltigkeit aufgebauten Tourismus mit besonders hoher Qualität. Als Gründungsmitglied setzen wir uns als einer der ersten für die Belange der Umwelt und der Menschen in den bereisten Ländern ein. Wir beziehen die lokale Bevölkerung in den Reiseländern mit ein und helfen dabei, faire Arbeitsbedingungen zu schaffen.



Corporate Social Responsibility (CSR) bezeichnet die soziale und ökologische Verantwortung von Unternehmen für die Auswirkungen ihrer Geschäftstätigkeit über die gesetzlichen Forderungen hinaus. Um diese Verantwortung wahrzunehmen und zu einer nachhaltigen Entwicklung beizutragen, müssen Unternehmen ihr Kerngeschäft daran ausrichten. Es geht nicht um einzelne „gute Taten“, sondern eine im gesamten Unternehmen verankerte strategische Ausrichtung, die Berücksichtigung der Anspruchsgruppen und eine ethische Unternehmenskultur.

2009 wurde REISEN MIT SINNEN als Pilotunternehmen überprüft und mit dem CSR-Siegel ausgezeichnet. 2011 und 2014 wurde das Unternehmen erneut in einer Rezertifizierung anhand des Kriterienkatalogs des forum anders reisen e.V. bewertet und vor allem die Weiterentwicklung verfolgt. Erfolgreich wurden wir beide Male mit dem CSR Siegel ausgezeichnet. Es zeigt uns, dass wir mit unserer Überzeugung und dem Konzept für einen fairen Tourismus auf dem richtigen, aber noch langen Weg sind.

nachdenken • klimabewusst reisen



In Zusammenarbeit mit dem „forum anders reisen“ entstand 2003 das Projekt atmosfair, welches die Flugproblematik verdeutlicht und zum klimabewussten Reisen aufruft. Gerade Reisen zu anderen Kontinenten erfordern einen Fernflug, der die Umwelt stark belastet. Um die entstandenen Schadstoffemissionen auszugleichen, können Reisende einen freiwilligen Betrag spenden, der anschließend Energiesparprojekten in Entwicklungsländern zu Gute kommt.

REISEN MIT SINNEN engagiert sich bereits seit seiner Gründung weltweit für soziale und naturschutzorientierte Projekte. Zu unseren Partnern gehören unter anderem die

Orang-Utan-Projekte, Red Ape Encounters, das atelier Mar und ein Przewalki-Pferde-Projekt in der Mongolei. Des Weiteren unterstützen wir viele andere Projekte weltweit.

Unterwegs mit REISEN MIT SINNEN

Sie reisen in kleinen Gruppen von 4 bis 14 Personen. Bei besonders sensiblen Reisen liegt die maximale TeilnehmerInnenzahl bei 6 oder 8 Gästen. Dies ermöglicht es Ihnen, das jeweilige Reiseland intensiver und mit allen Sinnen zu erleben. Ein hohes Maß an Flexibilität ist garantiert, so dass auf individuelle Wünsche und Bedürfnisse eingegangen werden kann. Eine kleinere Gruppe hinterlässt zudem geringere Spuren im Gastgeberland und ermöglicht einen leichteren Kontakt zur lokalen Bevölkerung.

REISEN MIT SINNEN konzipiert seine Reisen im Hinblick auf eine nachhaltige Entwicklung im Reiseland. Dabei ist es uns besonders wichtig, die ökologischen und sozialen Aspekte mit einzubeziehen. Die lokale Agentur vor Ort ist von zentraler Bedeutung, da durch sie das Reiseland sehr authentisch näher gebracht und die lokale Wirtschaft gefördert wird. wählt bewusst Partner, die das Prinzip des nachhaltigen Reisens verinnerlicht haben und aktiv in diesem Bereich arbeiten.

Auf unserer Website

Weitere Informationen zu unserem Leitbild, dem „forum anders reisen“ und unseren Projektpartnern finden Sie unter www.reisenmitsinnen.de/reisenmitsinnen/reisephilosophie.

Den Nachhaltigkeitsbericht von sowie weitere Informationen zum Thema CSR finden Sie unter www.reisenmitsinnen.de/csr-und-nachhaltigkeitsbericht.

Kennen Sie schon unseren Blog? Unter www.oneworldreisen.de/ finden Sie aktuelle Artikel und Wissenswertes zu uns und unseren Destinationen.



Verfolgen Sie uns auch auf Facebook! Klicken Sie auf „gefällt mir“ unter www.facebook.com/reisenmitsinnen und werden Sie Teil des REISEN MIT SINNEN - Freundeskreises.

BERATUNG UND BUCHUNG

Ihre Buchungsbestätigung erhalten Sie als PDF-Dokument per E-Mail.

Etwa zwei Wochen vor Reisebeginn erhalten Sie per Post Ihre Reisedokumente, die „Letzten Reiseinformationen“ mit Teilnehmer- und Hotelliste sowie der Reiseliteratur.



REISEN MIT SINNEN

Pardon/Heider Touristik GmbH
Erfurter Str. 23
D- 44143 Dortmund

Fon 0049 (0)231 589792-0
Fax 0049 (0)231 164470
info@reisenmitsinnen.de

Unsere Website

www.reisenmitsinnen.de

Kapverden-Wander-Erlebnisreisen

www.kapverdischeinseln.de

AktivWeinGenuss rund um den Rebsaft

www.wein-reisen.net

Vegan-vegetarisch speisen und reisen

www.veggie-reise.de

Sie erreichen uns montags bis freitags
sowie samstags

09.30 - 13.00 Uhr und 14.00 - 18.00 Uhr
10.00 - 13.00 Uhr

Das Team Europa erreichen Sie direkt:

0049 (0)231 589792-50
europa@reisenmitsinnen.de

Aktueller Stand: Dezember 2017

Diese Broschüre wurde auf chlorfrei gebleichtem Papier gedruckt.

