

# Teneriffa Retreat

## Die Elemente: Feuer-Erde-Wasser-Luft-Äther - die Elemente in dir 01.04.2023 - 08.04.2023

### 1. Tag Samstag, 01.04.2023 - Anreise - Ankommen - Kennenlernen

Wir treffen uns um 17:00 zu einem gemütlichen Kennenlernen.

Genauer Ort des Treffpunkts wird dann zeitnah bekanntgegeben.

Danach beginnen wir mit einem Erdungsritual unsere gemeinsame Woche.

Nach dem Ritual gehen wir gemeinsam Abendessen in eines der vielen Lokale an der Promenade.



## 2. Tag      Sonntag, 02.04.2023 - der Süden - Delfine - Wale - das Meer und seine Wesen - der Äther - Verbindung zu unserer Seele

Treffpunkt um 9:30 - Ort wird aktuell bekanntgegeben.

10:00 Abfahrt in den Süden zur Bootstour.

Rucksack mit Jause, Wasser, Badesachen, Handtuch und Decke zum drauf setzen nicht vergessen.

Am Boot bekommen wir eine Verpflegung und Getränke.

Privattour - ist vom Wetter abhängig - bei zu starkem Wellengang oder Schlechtwetter werden wir die Tage tauschen.

Je nachdem wann unser Boot startet, werden wir vorher oder nachher Zeit zum Baden haben. Dort gibt es auch wunderschöne Promenaden, die zum Shoppen einladen.

Am Boot werden wir uns mit den Delfinen und Walen verbinden. Die Delfine verbinden uns mit unserer Seele und die Wale sind für mich die ‚größten Heiler‘ dieser Erde. Wer einmal die Gänge der Wale gehört hat, weiß wovon ich spreche.

Mit einem Sonargerät können wir den Gesängen der Wale lauschen.

Am Boot werden wir ein Seelenheilungs - Ritual durchführen. Der Äther ist alles und nichts, er ist reine Schöpfkraft und koordiniert die vier Elemente.



### 3. Tag Montag, 03.04.2023 - Erde - Pflanzenreich - Drachenbaum - Icod de los vinos - Garachico

Treffpunkt um 9:30 - Ort wird aktuell bekanntgegeben.

10:00 Abfahrt nach Icod de los vinos zum Drachenbaum.

Rucksack mit Jause, Wasser, Decke zum drauf setzen nicht vergessen. Wir werden uns im Park ca. drei Stunden aufhalten.

Der heutige Tag steht ganz im Zeichen des Elements Erde.

Zu diesem Element gehört das Reich der Pflanzen, der Steine/ Mineralien, das Tierreich, und das Menschenreich. Die Elementarwesen der Erde, Zwerge - Gnome und was auch immer da noch kommen will, werden uns heute durch den Tag begleiten.

Ohne Erdung haben wir keine Stabilität im Leben, es gibt kein Vorankommen, sind immer im Zwiespalt.

Die Erde beschreibt alles Sichtbare, die physische Welt.

Danach besuchen wir noch Garachico. Es ist eine der ältesten Städte in Teneriffa mit einem malerischen Ortskern und herrlichen Naturpools.





## 4. Tag      Dienstag, 04.04.2023 - Anaga-Gebirge - das Element Wasser - Heilung unserer Emotionen - lecker Fisch essen - Traumhafte Natur

Treffpunkt um 9:00 - Ort wird aktuell bekanntgegeben.

Abfahrt 9:30

Rucksack mit Jause, Wasser, Badesachen, Handtuch und Decke zum drauf setzen nicht vergessen.

Das Gebirgsmassiv Anaga ist von schroffen Felsklippen und tiefen Schluchten bestimmt, die dicht aufeinanderfolgen, alle bedeckt von dem grünen Mantel des Lorbeerwalds. Hier und da unterbrechen kleine zauberhafte Dörfchen die grüne Landschaft. Anaga zu erkunden bedeutet, sich in eine ländliche Welt und in eine andere Zeit zu begeben, in der der Mensch und die Natur noch eine engere Verbindung hatten.

Das Anagagebirge führt uns durch den zauberhaften Mercedeswald. Es ist ein verwunschener Wald mit viel Magie. Wir werden eine kleine Wanderung in diesem Wald unternehmen, dafür halten wir im Besucherzentrum Cruz del Carmen.

Im Lorbeerwald werden wir uns mit den Naturwesen verbinden, denn ihre Energie ist dort übermächtig. Am Ende der Strecke befindet sich der Ort Benijo. Dort ist der Strand wunderschön und für unser Ritual mit der Energie des Wassers perfekt geeignet.

Danach gehen wir Fischessen, es wäre eine Sünde, diese mehrfach ausgezeichneten Fischplatten nicht zu probieren. Wer keine Fische mag, kein Thema es gibt auch etwas anderes.

Am späten Nachmittag führt uns der Weg wieder zurück nach Puerto de la Cruz.



## 5. Tag      Mittwoch, 05.04.2023 – Nationalpark El Teide – das Element Feuer

Treffpunkt um 9:30 - Ort wird aktuell bekanntgegeben

Der Parque Nacional del Teide ist der größte Nationalpark der Kanaren. Der Ausflug in den Teide Nationalpark ist ein MUSS für alle Besucher Teneriffas. Eine einzigartige Kraterlandschaft, Vulkane und versteinerte Lavaflüsse, die die beeindruckende Silhouette des Vulkans Teide, der an seinem höchsten Punkt 3.718 m erreicht, säumen.

Wir werden in der Caldera ein wenig wandern und sich von dort aus ein Plätzchen für unser Feuerritual suchen. Wie steht es um dein Feuer? Für was brennst du?

Danach werden wir weiterfahren zum Finger Gottes und in dem kleinen Café etwas trinken. Es ist ein schöner Ort, um zu verweilen.

Auf der Rückfahrt nehmen wir eine andere Route, damit wir diese beeindruckende Landschaft genießen können.

Abends treffen wir uns um 19:00 zu einem gemeinsamen Abendessen. Vielleicht gönnen wir uns noch einen Cocktail im Café de Paris.





## 6. Tag      Donnerstag, 06.04.2023 - Maska Schlucht - das Element Luft

Treffpunkt um 9:30 - Ort wird aktuell bekanntgegeben.

Abfahrt: 10:00

Rucksack mit Jause, Wasser, und Decke zum drauf setzen nicht vergessen.

Masca ist ein Bergdorf im Nordwesten der Insel und hat ca.100 Einwohner und 80 Häuser. Es liegt 650-800 m hoch im Teno-Gebirge und war bis in die 1960er Jahren nur über eine Sandpiste von Santiago del Teide zu erreichen.

Möglicherweise war Masca ehemals ein Fluchtdorf vor den Piraten des 18. & 19. Jahrhunderts.

Viele Besucher schwärmen von Masca als Höhepunkt ihrer Teneriffareise. Das Bergdorf, welches früher nur auf Schotterpfaden zu erreichen war, hat sich zum beliebten Ausflugsziel gemausert. Die malerischen Häuschen am Hang liegen in einer faszinierende Schluchtenlandschaft eingebettet.

Die Masca Schlucht verbindet uns mit dem Element Luft auf einzigartige Weise.



Wir werden in die Schlucht nur hineinblicken. Die Wanderung ist zu anstrengend und nur für sehr geübte Wanderer mit guter Kondition geeignet.

Aber es gibt schöne Plätze für unser Luft - Ritual, damit wir unsere Gedanken klären. Das Element Luft zeigt viel über deine Persönlichkeit. Achtest du auf deine Atmung, wie klar ist dein Geist, bist du zerstreut, zielstrebig oder hast du zu viele Gedanken?

Die Fahrt nach Maska ist eine Rundfahrt über St.Jago de Teide nach Beuenvista del Norte. Auf der Rückfahrt liegt ein großartiges Restaurant mit ausgezeichneten Speisen. Dort kehren wir ein, um ein hervorragendes Essen zu genießen.

Falls die Straße zum Leuchtturm wieder geöffnet wird, können wir dieses wunderschöne Plätzchen noch besuchen. Leider ist die Straße wegen herabstürzender Steine schon länger gesperrt, im Süden dauern Reparaturen etwas länger.

## 7. Tag      Freitag, 07.04.2023 - Botanischer Garten - Feedback - Naturpark - Abschlussritual

Treffpunkt um 9:30

Rucksack mit Jause, Wasser, und Decke zum drauf setzen nicht vergessen.

Wir gehen gemeinsam in den Botanischen Garten von La Paz in Puerto de la Cruz.  
Ich liebe diesen Park.

Heute werden wir mit den Elfen tanzen, den Zwergen lachen, den Sylphen singen und den Engeln fliegen.

In unseren Abschlussritual werden nochmals alle Elemente angesprochen.  
Nach dem Abschlussritual freue ich mich auf ein Feedback von euch.

Der Nachmittag steht euch dann zur freien Verfügung, vielleicht möchtet ihr noch das ein oder andere Mitbringsel kaufen oder einfach nur die Seele baumeln lassen.

Am Abend treffen wir uns um 19:00 zum letzten gemeinsamen Abendessen.

Danach endet unsere gemeinsame Zeit.



## 8. Tag      Samstag, 08.04.2023 - Abreise

Heute ist unsere gemeinsame Zeit zu Ende. Ich wünsche euch eine gute Heimreise.



*Hasta la proxima vez.*

*Bis zum nächsten Mal.*

### Allgemeines:

#### **Flüge - Transfer**

Die Flüge sind von Jedem selbst zu buchen! Die Teilnehmer kommen aus verschiedenen Himmelrichtungen und Ländern.

Ihr solltet nach Möglichkeit bis am frühen Nachmittag in Puerto ankommen. Vergesst bitte nicht auch einen Transfer vom Flughafen zum Hotel zu buchen. Auch das ist selbst durchzuführen! Es stehen aber Taxis am Flughafen, diese sind auch nicht teurer. Wenn Teilnehmer mit demselben Flug kommen, könnt ihr ein Taxi teilen. Beziehungsweise einen gemeinsamen Transfer organisieren.

Für die Zeit unserer Reise wird es eine Whats-App - Gruppe geben, dort werden alle wichtigen Informationen ausgetauscht. Treffpunkte, Koordination von den Anreisenden für Flüge und Transfer, am Morgen immer unsere Aktivitäten usw...

**Gerne helfe ich euch beim Buchen der Flüge und Transfers.**

#### **Geld - Bezahlung**

In Teneriffa wird in Euro bezahlt. In den Lokalen wird immer pro Tisch abgerechnet! Bitte unbedingt kleine Scheine und genügend Münzen mitnehmen, damit wir das Essen / Getränke danach auch richtig aufteilen können, wer was konsumiert hat.

#### **Abendessen**

Es steht jeden frei, ob er in der Gruppe den Abend verbringen möchte, oder diesen lieber allein ausklingen lassen möchte.

Gerne können wir noch gemeinsam am Abend die Promenade von Puerto genießen. Fühle dich frei zu entscheiden, ob du Zeit für dich brauchst, oder in der Gruppe bleiben möchtest.