

Neuer Reisekatalog Ferien 2010



Hier bleibt der Alltag draußen

Kraft tanken, sich mal richtig austoben, neue Strategien gegen den Stress ausprobieren – wenn der Schul- und Familienalltag außen vor bleibt, werden die Ferien zum perfekten Umfeld für Ausgleich und Wohlbefinden. Für Kinder, Jugendliche und Familien: Ob Relaxen, Entspannung pur, oder Traumreisen für die ganze Familie – erkennen Sie sich selbst und gönnen Sie Geist und Seele Platz zum Durchatmen.

Neu: Der Relax-Weltmeister

Das neue Programm der Jugendherberge Neuss heißt „Mission Possible“. Hier entdecken Neun- bis 13-jährige spielerisch ihren „Finesstyp“ – beim Joggen oder Yoga, beim Tanzen oder beim Fußball. Das Obst-Quiz bringt die ganze Wahrheit über junges Gemüse und gesunde Ernährung an den Tag und auf das festliche Candle-Light-Dinner muss hier keiner verzichten. Übrigens: Wer Relax-Weltmeister werden will, braucht viel Phantasie und Riesenabstand vom Alltag.

Action und Zitronenscrub

Das gesamte Alphabet des Wohlfühlens können Jugendlichen von zwölf bis 15 Jahren in der Jugendherberge Wiehl genießen: Vitalworkouts und Wassergymnastik sorgen für Fitness. Qi Gong und Lichtertraumreisen vermitteln vollkommene Entspannung. Honigmasken und Fruchtcocktails tun gut, Outdoor-Abwechslung gibt's beim Geo-Caching und Klettern. Ein Buchstabe darf natürlich nicht fehlen: N wie Nichtstun. Ist die Woche dann wie im Flug vergangen, nehmen die Teilnehmer einige Wohlfühl-Tipps für ihren Alltag mit nach Hause.

Neuer Reisekatalog Ferien 2010



Neu: Ganz schön entspannt

Wer sich in seinem Körper wohl fühlt, hat Selbstbewusstsein, Ausstrahlung und Persönlichkeit. Und darum geht's beim neuen Programm „Bodytalk“ für Zehn- bis 14-Jährige in der Jugendherberge Lindlar. Herausfinden, was jeder an sich mag, was man gerne ändern möchte und dann sofort aktiv werden: In der Traumkörperwerkstatt oder im Styling-Atelier wird Neues ausprobiert. Balance und Koordination üben heißt es auf dem Laufsteg, der schwingenden Slackline oder im Hochseilgarten. Im Dunkelbistro wartet ein Esserlebnis der anderen Art. Und so entdecken alle Teilnehmer im Laufe der Ferienwoche den entspannten Umgang mit der eigenen Schönheit.

Neu: Yogi und die ganze Familie

Auch für die komplette Familie gibt es Wellness-Ferien. In der Jugendherberge Wiehl wartet der kleine Yogi mit einer Entspannungsreise für Eltern und Kinder. Die Kombination aus gemeinsamen und getrennten Aktivitäten der Familienmitglieder machen die Ferientage so abwechslungsreich wie erholsam. Gemeinsam geht's auf beruhigende Traumreisen, in die Oase der Sinne oder raus in die Natur zu Nordic Walking und Baumklettern. Am Abend erzählt Yogi Gutenacht-Geschichten am prasselnden Kamin, während die Eltern in der karibischen Sauna relaxen oder im gemütlichen Bistro abschalten.

Weitere spannende Reiseprogramme für Kids & Teens sowie Jugendherbergen für Familien finden Sie im neuen Katalog „Ferien 2010“. Den gibt es kostenlos beim DJH-Service-Center Rheinland und im Internet hier zum Download. Alle Reiseinfos und Buchungen ebenfalls im Internet:
www.djh-rheinland.de