

# Durchschnauf-Tage

## Achtsame Auszeit vom Alltag

### FAMILIEN UND ALLEINERZIEHENDE MIT KINDERN VON 6-12 JAHREN

Wir begrüßen Sie herzlich in der Jugendherberge Garmisch-Partenkirchen, die idyllisch außerhalb des Ortszentrums im Ortsteil Burgrain liegt. Das Haus ist umringt von Bergen und bietet ein großzügiges Außengelände zum Spielen und Verweilen. Ein Volleyballplatz, Kinderspielplatz und Tischtennisplatten sind vorhanden.

#### Wir haben für unsere Gäste ein Programm, welches Sie die Sorgen und die Hektik des Alltages vergessen lässt:

In Ländern wie Japan ist das Waldbad längst eine staatlich geförderte Maßnahme zur Gesundheitsvorsorge. Wer möchte in der heutigen Zeit nicht einfach mal dem Stress entfliehen oder nicht ständig erreichbar sein? Wir bringen Ihnen in diesem Programm die Heilkraft des Waldes näher. Lernen Sie die Natur mit all ihrer Flora und der heilsamen Atmosphäre besser kennen und tanken Sie neue Energie.

Aus alt mach neu: Lernen Sie beim Upcycling, wie Sie aus alten Produkten kreative und dekorative neue Gegenstände herstellen können.

Das komplette Programm ist CO2 neutral und steht ganz im Zeichen der Umwelt und Nachhaltigkeit!

#### 1. Tag:

Am ersten Tag können Sie ganz entspannt in Ihren Kurzurlaub starten. Checken Sie mit Ihrer Familien gemütlich ein, erkunden Sie die Jugendherberge sowie die nähere Umgebung und lassen Sie sich von dem Panorama der Berge verzaubern. Zwischen 18 und 19 Uhr wartet auf Sie unser warmes Abendbuffet bestehend aus Salatbuffet, Hauptspeise und Dessert. Tischgetränke sind natürlich inklusive.

#### 2. Tag:

Der zweite Tag Ihres Aufenthaltes steht ganz im Zeichen der Natur und wie man diese bewusster wahrnehmen kann.

Wir begeben uns auf einer kleinen Wanderung (ca. 1 h) durch die Berglandschaft in ein Waldgebiet, um bei einem „Waldbad“ Energie zu tanken. Badesachen brauchen Sie dafür nicht. Beim Waldbaden können Sie vielmehr die Natur pur erfahren und sich dabei als ein Teil von ihr wahrnehmen. Sie bekommen Tipps, wie Sie aus dem „Kopfkino“ auch zu Hause aussteigen können und dabei zu mehr Zufriedenheit kommen.

Auch für die Jüngeren ist dies alles andere als langweilig, da dabei immer wieder kleine Abenteuer und Herausforderungen erlebt werden!

Zur Stärkung gibt es von der Jugendherberge ein Brotzeitpackerl für Zwischendurch.

Am Nachmittag ist volle Kreativität gefragt: Wie kann man aus aussortierten Wertstoffen dekorative oder nützliche Dinge und neuwertige Produkte herstellen? Die Antwort lautet: Upcycling ( „Wiederverwertung“) ! Gerade in einer Zeit, in der die natürlichen Ressourcen immer knapper werden, gewinnt das Upcycling an Bedeutung. Lassen auch Sie sich inspirieren und verbringen Sie mit Ihrer Familienbunte und kreative Stunden – noch dazu im Zeichen der Nachhaltigkeit!

Lassen Sie den ereignisreichen Tag bei unserem reichhaltigen Abendessen ausklingen.

#### 3. Tag:

Der letzte Tag endet nach dem Frühstück. Natürlich steht es Ihnen frei, das Gepäck in der Jugendherberge unterzustellen und noch mit Ihrer Familie den Zauber von Garmisch und den Alpen zu genießen. Ein Lunchpaket für unterwegs gibt es allemal.

Wir beraten Sie gerne, wenn es um Wanderziele, Bergbahnen oder einfach nur darum geht, an zauberhaft schönen Plätzen die Seele baumeln zu lassen.

### Leistungen

- ✓ 2 Übernachtungen mit Vollpension im Zimmer mit Dusche / WC ab 3 Personen, Frühstücksbuffet "all you can eat", Brotzeitsackerl, warme Abendmahlzeit vom Büffet mit Tischgetränk, Hand- und Badetuch, Bettwäsche inklusive
- ✓ 2 Programmbausteine des Alpen Studienplatzes (Gruppengröße nach Anmeldung):  
-Waldbaden mit kleiner Wanderung (ca. 4 h)  
-kreatives Angebot (Upcycling)  
freie Nutzung unseres Boulder-Raums
- ✓ Klimaneutraler Aufenthalt
- ✗ Nicht enthalten: Kurbeitrag, Eintrittsgelder für selbstorganisierte Aktivitäten (Beratung gerne durch die Mitarbeiter der Jugendherberge)

### Termine & Preise

08. 04. 2022 - 10. 04. 2022

22. 04. 2022 - 24. 04. 2022

28. 10. 2022 - 30. 10. 2022

04. 11. 2022 - 06. 11. 2022

- 👉 **2 Übernachtungen mit Vollpension / Lunchpaket,**  
Familienzimmer bis 4 Pers. mit Du / WC  
6 - 16 Jahre: 99,00 € pro Person  
ab 17 Jahre: 139,00 € pro Person

### Teilnehmerzahl

Mindestens 15 Teilnehmer

Letzte Rücktrittsmöglichkeit des Reiseveranstalters bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl: 31 Tage vor Reisebeginn.

## ALLGEMEINE HINWEISE

Die Outdoorprogramme finden nach Möglichkeit bei jeder Witterung statt. Bitte der Jahreszeit und den möglichen Wetterlagen entsprechende Kleidung sowie Sitzkissen, Brotzeitbox und Trinkflasche mitbringen. Das betreute Programm ist so zusammengestellt, dass Sie während Ihres Aufenthaltes kein Auto benötigen. Kurbeitrag pro Person und Nacht: 6-15 Jahre € 1,00 und ab 16 Jahre € 3,00 (ohne Gewähr). Die Kurkarte garantiert freie Fahrt mit allen Ortsbuslinien im Rahmen der Kurbeitragspflicht

Jede Familie ab 3 Personen wird in einem Familienzimmer mit DU / WC untergebracht.

Verlängerungstage auf Anfrage möglich.

Das Angebot ist nicht für Gäste mit eingeschränkter Mobilität geeignet.

Onlineversion des Angebots: [www.jugendherberge.de/reisen/8613](http://www.jugendherberge.de/reisen/8613)

### Information & Buchung:

Jugendherberge Garmisch-Partenkirchen,  
Jochstr. 10  
82467 Garmisch-Partenkirchen

+49 8821 96705-0  
@garmisch@jugendherberge.de

### Reiseveranstalter:

DJH-Landesverband Bayern e.V.  
Mauerkircherstr. 5  
81679 München

+49 89 922098-0  
@bayern@jugendherberge.de