

# HIKING in de oneindige natuur van Zuid-Italië

*mannenweek:  
19 t/m 26 september 2019*



Hoe zou het zijn om een week te leven zonder mobiel, computer, laptop, social media, emails, whats-app, TV of andere 'stoorzenders' ?

Met alleen maar de basisvoorzieningen: onderdak, water, eten en een vuurtje?

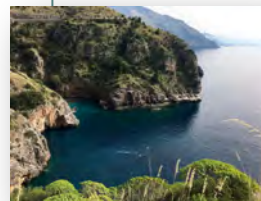
## INCLUSIEF:



Overnachten in de 'bush'



Alle maaltijden + BBQ

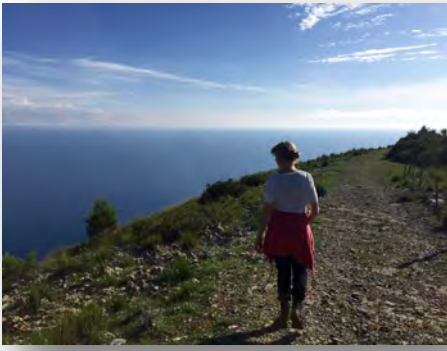


Boottocht

Maar óók.....:

- Geen opgejaagd gevoel ervaren 's ochtends maar helemaal bij jezelf zijn. Dit noemen we ook wel 'herbronnen'.
- Overnachten in de 'bush' onder leiding van een natuurgids
- Geen verplichtingen, deadlines of werkschema's
- Een prachtige omgeving zonder stoorzenders
- Pure natuurlijke voeding
- Oneindig veel frisse lucht en zuurstof
- Prachtige vergezichten om van te genieten
- Heel veel ruimte omgeven door eeuwenoude olijfbomen
- Luiëren in een hangtent, zwevend in de olijfgaard

*Het levert je bergen energie op zodat je de batterij weer op kunt laden!*



## Preventief werken aan gezondheid... What's in a name..?

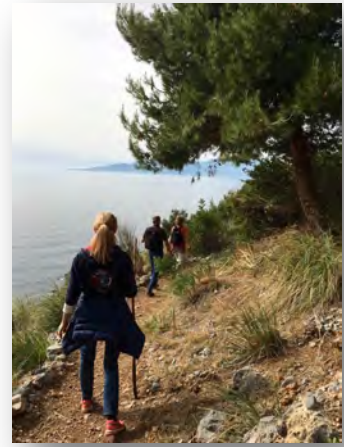
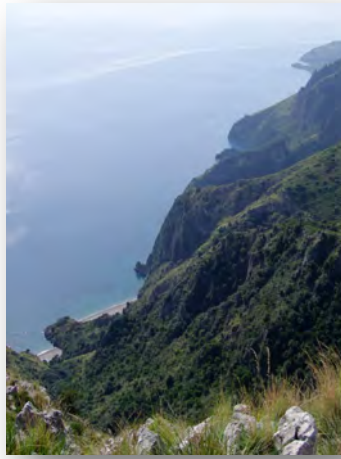
Het is de hoogste tijd om ons systeem even te 'resetten', ons lijf te laten ervaren hoe het eigenlijk hoort te zijn. Hoe onze programmering is. We staan door ons leefpatroon constant in de stress-modus wat je een opgejaagd gevoel geeft, onrust, malende gedachten enzovoorts. Onze weerstand wordt daardoor aangetast waardoor we steeds vatbaarder worden voor ziekten en prikkels.

Ons systeem is nog niet zover ontwikkelt om zich in dit tijdperk te kunnen handhaven. We lopen nog tientallen duizenden jaren achter zeg maar...

Om rustig te worden is de oneindige natuur een perfect medicijn. Het hoeft allemaal niet zo ingewikkeld te zijn: dát is wat we vooral nodig hebben. Het is onze grootste krachtcentrale! Door enkel een paar dagen te vertoeven zonder prikkels kun je weer afstemmen op je oerkracht!

*We slaan na een pittige tocht ons tentenkamp op en zullen bij het houtvuur genieten van een maaltijd*





## Programma & verblijf:

Je verblijft in een Italiaans huis temidden van eeuwenoude olijfgaarden in het natuurpark van Cilento (werelderfgoed Unesco) in Zuid-Italië. Je hebt hier uiteraard een kamer voor jezelf.

Je kunt je op het terrein terugtrekken en genieten van een heerlijk boek of van de prachtige natuur. Er zijn hangmatten aanwezig en er is een Stingray tent waarin je als het ware boven de toppen van de olijfbomen 'zweeft'. Dit is een fantastische ervaring en geeft je een volledig gevoel van vrijheid! Er is een heerlijk zwembad met ligstoelen en het kan zomaar zijn, dat -terwijl jij in het water dobbert en relaxt- je gezelschap krijgt van de zwaluwen, die ook dankbaar van de gelegenheid gebruik maken voor een badje! Vanuit deze basis-accommodatie vertrekken we –nadat je geacclimatiseerd bent- voor een 4-daagse hiking in de overweldigende natuur. Je slaapt in een tentje. Het enige wat we dan nog nodig hebben is water, voedsel een vuurtje en elkaar (of niet...). **WE WERKEN IN KLEINE GROEPJES: MAX 4 personen PER GROEP!**

**Aankomst 19 september.:** acclimatiseren

**20-09:** Relaxen, zwemmen, slapen, lezen (er is een bieb aanwezig)

**21-09:** Vanuit het verblijf lopen we met een gids naar de top van de Monte Bulgharia. Dit is een tocht van ongeveer 3 tot 4 uur. Vanaf de top hebben we een prachtig uitzicht van 360° over het ongerepte natuurpark van Cilento. Met een beetje geluk en helder weer kunnen we zelfs de actieve vulkaan van Stromboli zien! Op de top zetten we ons tentje op voor ons verblijf voor de eerste nacht. We zullen hout sprokkelen en bij het vuur genieten van een eenvoudige maaltijd en het vertellen van mooie verhalen!

**22-09:** Vertrek richting Masseta en Valone de Marcelino, een prachtig ongerept stuk natuur waar je over de grens loopt tussen zee en land. Na een tocht van ongeveer 4 uur lopen zullen we hier ons tentenkamp opslaan voor de 2e nacht. Je hebt hier vanaf de kliffen een geweldig uitzicht over de zee en dit zal je het gevoel geven dat je op het 'einde van de wereld' bent aangekomen. Een onvergetelijke ervaring!

**23-09:** Vanaf de Masseta vervolgen we onze tocht naar de Valone del Marcellino. Het is vooral een tocht van afdalen naar de zee over een oud muilezelpad met prachtige panorama's zowel over de vallei als de zee. Als we op een onbewoond ongerept strandje zijn aangekomen slaan we ons tentenkamp op voor de 3e nacht in de prachtige natuur. Met een beetje geluk zien we de vissen springen uit de zee!

**24-09:** Je wordt opgepikt door Lars 'de kapitein' die je na een prachtige boottocht terugbrengt naar het vissersdorpje Scario. Tijdens de tocht is er volop gelegenheid om te zwemmen in het azuurblauwe heldere water van de baai. Vanuit Scario vervolgen we onze tocht over een eeuwenoud pad terug naar SanGiovanni a Piro waar je aankomt bij je accommodatie.

**25-09:** Je bent helemaal uitgerust en relaxt en hebt nog een dag om te verblijven en na te genieten van deze onvergetelijke ervaring! We sluiten de avond af met een BBQ

**Vertrek 26-09:** De taxi staat klaar om je naar het vliegveld te brengen voor je terugvlucht naar Nederland.



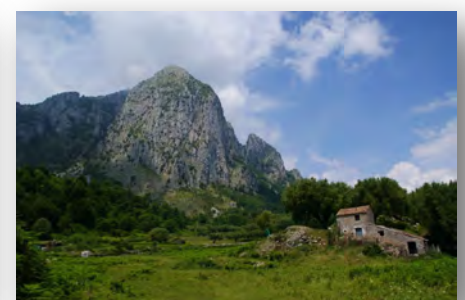
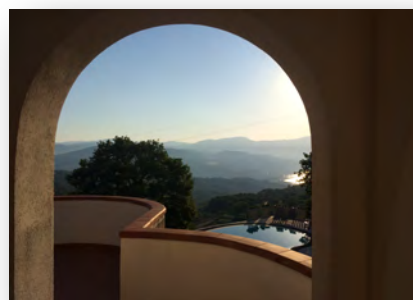
*In de Sting-ray tent 'zwevend' boven de toppen van de olijfgaard*

De kosten voor dit programma zijn € 900,00 exclusief vliegticket o.b.v. 2 personen

#### DIT IS INCLUSIEF:

- Transfers, boottocht
- Verblijf in de accommodatie + tent
- Vervoer van je bagage tijdens de tocht
- Handdoeken, bedlinnen, slaapmatras
- Eenvoudige pure maaltijden
- Laatste avond BBQ in de prachtige olijfgaard

Voor de tocht zelf dien je een kleine rugzak mee te nemen met een waterbidon, wandelschoenen met dikke zolen en kleding voor onderweg. Wil je zelf je slaapmatras/slaapzak meebrengen uit NL?? Dat kan! Wij zorgen dat de spullen ter plekke aanwezig zijn voor de overnachting in de bush.



*La Voce del Vento (=Stem van de Wind) met het zwembad en de Monte Bulgharia*