

Gemeinsam regenerieren

Im Süden Ischias, ca. 1 km von St. Angelo entfernt, haben wir das kleine und entzückende Familienhotel Lumihe entdeckt, das bereits zum Frühstück und Abendessen mit Blick auf das Meer, die Küste und Capri verwöhnt.

Was uns mit Ischia am Herzen liegt: Erholung, Wärme, Menschen, Natur und nährnde Begegnungen. Gemeinschaft, Tanzen, Bewegung und Stille.

Bei morgendlichen Körperbewegungen von Kopf bis Fuss mit Tai Chi und Qigong Elementen beleben wir unseren Körper liebevoll. - Beim gemeinsamen Tanzen am Abend stärken wir unser Inneres, spüren uns in unserem Sein und nehmen in der Stille die eigenen Innenräume wahr.

Wir werden in dieser Woche täglich die hauseigenen Thermenbecken besuchen, die Küste erwandern, den einheimischen Markt in Forio besuchen und uns mit landestypischem Essen am Abend verwöhnen lassen. Das hauseigene Wellnesscenter mit Massagen und Schönheitsbehandlungen unterstützt das persönliche, wohltuende Verwöhnprogramm.

Wer möchte, kann in unmittelbarer Nähe im Meer schwimmen oder in 2 km Entfernung in den warmen Quellen im Meer (Fulmerolen) eintauchen.

unser Programm

- tägliche Morgenmeditation
- tägliche Morgenbewegung mit Tai Chi und Qigong-Elementen
- Wanderung in der Natur – an der Küste
- Besuch des Wochenmarktes in Forio
- tägliches hauseigenes Thermenbad (28 und 32 Grad)
- Entspannungs- u. Kreativitätsangebote:
Tanz der Wave, Herzmeditation
Tiefenentspannung, cranio sakrale Entspannung

weitere optionale Aktivitäten:

- Inselrundfahrt, Marontistrand, höchste Erhebung Epomeo besteigen, botanischer Garten La Mortella, Castello, weitere Thermen kennenlernen
- Raum und Zeit für eigene Unternehmungen, Lesen, Schwimmen, im Meer baden, Sonnenbad genießen
- Massageanwendungen, beauty Anwendungen im Haus

Anreise

Flüge nach Neapel NAP bietet eurowings an. Der Transfer vom Flughafen zur Fähre und zum Hotel auf Ischia wird vom Hotel organisiert. Die letzte Fähre ist 21.55.

Beginn: Dienstag 06.10.2026 – 19.00 Uhr
Ende: Dienstag 13.10.2026 - 09.00 Uhr



Seminarpreis

Die Seminargebühr beträgt bis Anmeldung zum 01.03.2026 EUR 300,-
danach EUR 330,-

Preis für Unterkunft u. Verpflegung

Preis für Unterkunft mit Halbpension ab EUR 85,- € pro Person pro Tag im EZ. (Preise 2025) Bitte die Zimmer selbst im Hotel Lumihe buchen: Tel.: 0039 081907825, info@hotellumihe.it, www.hotellumihe.it

Anmeldung und Bezahlung

- durch Anzahlung von EUR 250 €

das Hotel Lumihe

Das Hotel Lumihe im Süden Ischias mit den wundervollen Ausblicken auf die Küste, die Berge, das Meer und Capri lädt ein zur Erholung und Regeneration. In den hauseigenen Thermenbecken täglich schwimmen (28 und 32 Grad), sich bei den Massagen oder beauty Anwendungen verwöhnen lassen – was braucht Frau/Mann mehr?

Das familiengeführte Hotel mit 20 Zimmern (Poolblick oder Meeresblick) verwöhnt seine Gäste mit landestypischen Speisen. Direkt vor der Tür ist die Bushaltestelle, um die Insel zu erkunden. St. Angelo liegt 1 km entfernt, die nächste Option im Meer zu schwimmen ist 500m entfernt.



Das Hotel Lumihe bietet ein atemberaubendes Panorama auf Capri.

www.hotellumihe.it

Leitung

Marie-Luise Jansen: Körperbewegung
Meditation
Tiefenentspannung
Wanderungen
Reiseorganisation

Kontakt

Marie-Luise Jansen
Broicher Str. 10
51429 Bergisch Gladbach
phone: 0172 217 7800
mail: mjansen@ax-balance.de
www.ax-balance.de

Bankverbindung

Marie Luise Jansen
GLS Bank
IBAN DE72 4306 0967 4046 3229 00

GEMEINSAM IN DEN THERMEN BADEN ISCHIA - MIT ALLEN SINNEN GENIESSEN



ISCHIA
06.10. – 13.10.2026

in warmen Quellen baden, Küstenwanderungen, Strände erleben, heimisch essen, phantastische Ausblicke genießen, bewegen, erleben, sich wohlig spüren