Veranstalter dieser Reise:
WomenFairTravel
Reisen für Frauen mit Weltblick

Womenfairtravel GmbH
Crellestr. 19/20
10827 Berlin
030 2000520 30
030 2000520 79
info@womenfairtravel.com

EUROPA: DEUTSCHLAND

IN NORDSEENÄHE: IMPROVISATIONSTHEATER MIT CHADY SEUBERT

- Schöner Seminarort in Alleinlage
- Exquisite vegetarische Verpflegung
- Großer Seminarraum und 4 Essräume mit genügend Abstand, um Corona-Schutzmaßnahmen einzuhalten

Wer Chady Seubert bei ihrem Improvisationstheater beobachtet hat, kann eine einfache Gleichung aufmachen: Improvisationstheater ist Theater minus gravitätischem Ernst. Was geschieht, geschieht spontan, macht extrem gute Laune und lädt durchaus zum Mitmachen ein." Wir machen mit!

So ein Theater!
Improvisationstheater ist, wenn wir uns vor Zuschauerinnen auf die Bühne wagen, ohne zu wissen, was dort geschehen wird. Nichts ist vorbereitet oder inszeniert, jede einzelne Szene kommt einer kleinen Premiere gleich. Die leere Bühne füllt sich mit Figuren und deren (Lebens-) Geschichten. Im Rahmen einer entspannten Wohlfühlwoche trainieren wir die Grundlagen des Improvisationstheaters. Der Spaß ist dabei garantiert, das sich selbst neu Erleben und den Mut der eigenen Spontanität. Wir spielen aus dem Stegreif Szenen, Geschichten, Dramen, Langformate. Die Themen geben wir uns selber vor. Wir spüren gemeinsam den Focus der improvisierten Geschichte auf. Improvisationstheater fördert deine Präsenz, das freie Sprechen und auch unsere physischen Kommunikationsmöglichkeiten. Es befähigt uns, „Ja“ zu sagen, das Scheitern als Chance zu betrachten und aus dem Bauch und Intuition heraus zu agieren, bzw. zu reagieren. Die Spielvorgaben geben uns einen Spielrahmen, innerhalb dessen wir uns sicher fühlen und ausprobieren können. Es gibt keine Altersbeschränkung und Vorkenntnisse sind nicht nötig.

Inhalte des Kurses
Koordinations-, Wahrnehmungs-, Vertrauens- und Improvisationsübungen, Assoziations,- Bewegungs,- und Ausdrucksübungen, Improvisationsaufführungsspiele, Szenische Umsetzung, Kurz- und Langformate des Improvisationstheaters, Reflektion und Analyse... **Programmablauf**
Nach dem Frühstück und nach dem Kaffeetrinken am Nachmittag wird je 2 Stunden gespielt. In den Pausen dazwischen können kleine Spaziergänge oder individuelle Ausflüge unternommen

werden. Vorschläge gibt es viele, aber auch einfach Sein im Seminarhaus mit seinen Leseecken und schönen Gemeinschaftsräumen sowie der Sauna bietet pure Erholung. Bei jedem der Parallelkurse wird eine Schnupperstunde (unter Vorbehalt) angeboten, so dass vieles ausprobiert werden kann. An Silvester findet ein gemeinsames Zusammensein mit allen Gruppen statt. Und vielleicht gibt es auch ein Impro-Theater? Bestimmt! Das S E M I N A RZ E N T R U M P E G A S U S ist eine große Hofanlage in sehr stiller Alleinlage - in the middle of nowhere - mit einem charmantem, imposanten Reetdach-Haus klassischer Niedersachsentradition.
Einer grünen Insel gleich, liegt es im saftigen fruchtbaren Marschland der Unterelbe - weit außerhalb der Ortschaft. In unverbauter Umgebung, ohne Strommasten, ohne Windmühlen, ohne Geschäfte und Cafés, aber mit viel frischer Luft. Altes und Neues behutsam und liebevoll zu einem besonderen neuen Ganzen verschmolzen. Großzügige, lichtdurchflutete Seminarräume, teilweise mit Klavier, Zimmer mit den typischen kleinen Fenstern, reduziert auf das Wesentliche als Seelenbalsam und viele kleine Begegnungsräume zum Plaudern, Lesen, Sein. **Corona-Schutzmaßnahmen**
In den großen Seminarräumen ist immer ausreichend Platz, weil wir die Teilnehmerinnenzahl entsprechend des vorgeschrieben Abstands angemessen klein halten. Alle Räume sind sehr gut aerosolmindernd frischluftführend.

Weitere Hinweise zum Hygiene-Konzeptes des Hauses gibt es hier. **Verpflegung und Wellness**
Die ausschließlich vegetarische Tagesverpflegung überrascht täglich mit drei reichhaltigen Buffets.
Eine große finnische Aufguss-Vollholz-Sauna mit ergonomischen Liegeräumen und Blick in den weitläufigen Garten, eine Kaffeemaschine mit gutem Kaffee und nicht zuletzt die kleinen Sitzecken sorgen für einen entspannten Urlaub.

Umgebung
Schon in den 90er Jahren wurde das Gebiet um das PEGASUS herum zu einem der größten Vogelschutzgebiete Europas ausgewiesen. Kurze Zeit später auch zum FFH - Flora und Fauna Habitat - und Natura 2000, dem größten Naturschutzgebiet Niedersachsens. Die weitere Umgebung lädt zu langen Spaziergängen oder Erkundungen ein, allerdings braucht frau dazu ein Auto:
Der alte Leuchtfeuerturm im Nachbarort Balje weiß viel über die Elbe, den Schiffsverkehr Hamburgs und die Sturmfluten von 1962 und 1976. Die Altstädte von Otterndorf + Stade und das "Alte Land " sowie die Ferieninsel Krautsand sind sehens-und erlebenswert. In Otterndorf ca. 20 Minuten vom Pegasus entfernt gibt es eine Sole Therme mit Saunapark. In Freiburg an der Elbe, nur 6 km entfernt befindet sich das Kulturzentrum-und Veranstaltungshaus - Historischer Kornspeicher. Mit der halbstündlichen Fähre ab Wischhafen (10 Auto-Minuten von hier) erreicht Ihr das romantische Städtchen Glückstadt (20 Minuten Überfahrt) auf der nördlichen Seite der Elbe in Schleswig-Holstein, schon dänischer Einfluss spürbar.
Siehe unter Hinweise

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
27.12.2021	03.01.2022	✗	1.090 €
27.12.2022	03.01.2023	✗	1.150 €
09.04.2023	16.04.2023	✗	1.150 €

Viele = ✔ Wenige = ! keine = ✗

LEISTUNGEN

- Übernachtung im Seminarhaus Pegasus in Standard-DZ mit Etagenbad, inklusive Bettwäsche und Handtücher und Sauna
- Vegetarische Vollpension mit Frühstücksbuffet. Mittags: Frische Salate, Vorspeise und ein leichtes warmes Essen, etwas Süßes. Abends: Buffet mit Vorspeise und warmem Hauptgericht und Dessert.
- Großer Gruppenraum im Pegasus mit gelenkschonendem Fußboden
- 1 Schnupperstunde bei Parallelkurs (unter Vorbehalt)
- Gemeinsamer Silvestertanzabend und Silvestersekt
- Kursleiterin

ZUSATZLEISTUNGEN

- (70 €)
  Einzelzimmerzuschlag
- (70 €)
  Einzelzimmerzuschlag

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- An- und Abreise
- Getränke
- Fakultative Ausflüge und Eintritte
- Reiserücktritts- /Reiseabbruchsversicherung

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 8
Maximalanzahl von Personen: 10

ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 20%
- Fälligkeit der Restzahlung: 21 Tage vor Reisebeginn
- Sofern bei der Reise eine Mindestteilnehmerzahl ausgeschrieben ist, ist bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl ein Rücktritt vom Reisevertrag seitens des Veranstalters bis spätestens 21 vor Reisebeginn möglich.

WEITERE INFOS

Programmhinweise

- Anreise
- Mit öffentlichen Verkehrsmitteln:
- Ab Hamburg Richtung Cuxhaven fährt stündlich ein Zug bis Bahnhof Cadenberge (Fahrzeit ca. 1 Std. 20 Min). Dann von dort bis zum Außendeichhof Pegasus per Taxi - (Fahrzeit ca. 20 Min.) Ein Ruf-Taxi kostet ca. 14 Euro. Dieses Ruf-Taxi muss frau von Cadenberge nach Krummendeich vorbestellen. (Ruf- Taxi oder Anruf-Sammel-Taxi, kurz AST genannt, fährt zu bestimmten Uhrzeiten auf Routen wie der „normale“ Bus, muss aber rechtzeitig – mindestens eine Stunde vorher – angerufen werden, damit es kommt) Procedere: Die Bestellung erfolgt am Tag der Anreise über eine zentrale Stelle (AST - Taxi Tel. 04141-123123), die dann wiederum ein örtliches Unternehmen beauftragt die Fahrt durchzuführen und die Gäste am Bahnhof erwartet. Achtung: Die Taxis fahren nur zu bestimmten Zeiten, die frau am besten vorab nochmal abfragt. So kann frau auch ihre Ankunft mit dem Zug koordinieren. Das gleiche gilt für die Rückreise. Den Ruf-Taxi Tarif bekommt frau nur über diese Vorbestellung. Wer ausserhalb dieser Zeiten anreist möge sich an Taxifunk Blohm Tel: 04779-211 wenden und dort ein Taxi vorbestellen, Kosten ca 40,00 – 45,00€
- Mit dem Auto ab Hamburg:
- Zunächst ab Hamburg Finkenwerder gemäß Skizze, dann nach der Einfahrt in Stade - rechts in die Hansestr., dann der Hansestr. bis zum Kreisverkehr folgen und die Ausfahrt aus dem Kreisel links nehmen, dann die nächste Ampel rechts Schölischer Str. und weiter gemäß Skizze ca. 20 Min. dann auf Abfahrt nach Freiburg (Schild links) achten und über Öderquart am Gasthof zur Post vorbei . Jetzt auf Schild nach Krummendeich achten und rechts einbiegen. Am Ende dieser Str. bitte links und dann gleich rechts die Abfahrt in die Landstr. nach >Krummendeich 1 Km< mit Hinweis Naturfreibad und Briefkasten auf der Ecke einbiegen. Nach etwa 1 Km dann direkt durch die Deichlücke geradeaus ins Deichvorland und in ca. 500 m liegt auf der rechten Seite eine grüne Bauminsel mit Namen Außendeichhof Pegasus.
- Ab Hamburg Finkenwerder Insgesamt ca. 69 km, Fahrzeit ca. 1,15 Std.

- Dies ist die schönste und schnellste Strecke zum Pegasus. Ihr erspart Euch viele Ortschaften und Behinderungen durch landwirtschaftliche Fahrzeuge.
- Mit dem Auto ab Bremen:
- Aus Bremen kommend über die A27 Richtung Cuxhaven bis zum Ende der Autobahn. Rechts abbiegen auf B73 bis Otterndorf. Weiter auf der B73 bleiben und weit hinter Belum die B73 verlassen und links Richtung Freiburg. Wischhafen/Elbefähre abbiegen auf den Obstmarschenweg. Weiterfahren bis Hinweis >Krummendeich 1 km< und links in die Landstr. abbiegen (Briefkasten und Hinweis auf Naturfreibad) weiter wie oben.
- Insgesamt 120 km, Fahrzeit ca. 1,5 Std.
- Mit dem Auto aus Schleswig-Holstein:
- Aus Schleswig-Holstein oder den Norden Hamburgs kommend mit der Fähre bei Glückstadt die Elbe queren (ca. 30 min Überfahrt / fährt immer 15 Min. nach oder 15 Min. vor voller Std.), Dann rechts auf den Obstmarschenweg Richtung Cuxhaven, durch Freiburg hindurch noch 6 Kilometer bis Hinweischild Krummendeich 1 km und dann weiter siehe oben.
- Hinweis: Bei Sturmwarnung und länger anhaltendem Eisgang kein Fährverkehr. Bitte dann vorher beim Fährbetrieb anfragen: Telefon 04124-2430

Generelle Hinweise

- Rücktritts- und Zahlungsbedingungen
- Höhe der Anzahlung in % des Reisepreises: 20%Restzahlung in Tagen vor Reisebeginn: 21 TageLetzte Rücktrittsmöglichkeit durch die Veranstalterin: 21 Tage vor Reisebeginn
- Buchungsvoraussetzung

Alle Fragen zur Ausschreibung beantwortet Ihnen der jeweilige Veranstalter unter den oben aufgeführten Kontaktdaten, der für die Angaben und Informationen zur Reise verantwortlich ist.