Pura-Vida-Mallorca

Liebe Mallorcafreunde,

Mallorca oder die „Perle des Mittelmeeres“, wie die Insel auch genannt wird, ist das beliebteste Urlaubsziel Europas. Seinen Wohlstand verdankt dieses schöne Fleckchen Erde dem Massentourismus. Folgerichtig sind mittlerweile viele Urlaubsorte vor allem in der Hauptsaison überlaufen. Die PURA VIDA MALLORCA Idee läuft diesem Trend entgegen! Wir Karin, die Hotelkaufrau und Harry, der Dipl.-Sportlehrer erkunden für Euch verträumte Badebuchten und kleine

idyllische Strände. Wir testen Bars und Restaurants und zeigen euch landestypische Sehenswürdigkeiten. Quasi nebenbei absolvieren wir dabei ein respektables Bewegungsprogramm. Dazu gibt es von uns für euch professionelle Fitness- und Ernährungstipps. PURA VIDA MALLORCA kurz PVM ist die Kombination aus Tourguide und einem individuellen Gesundheitsprogramm.

PURA VIDA MALLORCA verhilft euch zu mehr Lebensqualität. Wir begleiten euch auf diesem Weg – nicht einmalig, sondern auch im Netz auf der PURA VIDA MALLORCA Website: ***www.pura-vida-mallorca.net.***

Es geht nicht ums konsumieren, sondern um den bewussten und achtsamen Lebensgenuss !

PURA VIDA MALLORCA ist eine mediterrane Lifestyle Philosophie. Karin & ich möchten unsere Tourerlebnisse mit euch teilen - euch ermutigen das pure Leben – PURA VIDA zu entdecken!

PURA VIDA MALLORCA - kommt einfach mit und genießt den Zauber dieser ungewöhnlichen Insel!

Eure PVM Tour - & Lifestyle Coaches
Karin & Harry

Konzeption und Gestaltung - www.visual-service.de

Pura-Vida-Mallorca

Harry Janke
Dipl.-Sportlehrer & Sporttherapeut
Deutsche Sporthochschule Köln Dozent
an Ascenso Akademie Palma und
staatl.geprüfter Pharmarefrent
in Düsseldorf und Palma lebend

PURA VIDA MALLORCA
DAS MOVE ANGEBOT AUF EINEN BLICK:

- Persönliche sporttherapeutische Anleitung beim Wandern, Joggen, Walken in Kleingruppe - geeignet für Teilnehmer mit Knie-, Rücken- , Gelenkproblemen oder ausbaufähiger Fitness
- Massgeschneiderte Zusatzübungen - Stretching, Mobilisation
- Relaxstopps an idyllischen Buchten und Stränden
- Sightseeing und Fotoguide - incl. Kultur & Gastrotipps
- Transfer vom Hotel und zurück (nach Vereinbarung)
- Tourdauer : 3 – 6 Stunden
- Teilnehmer: (4 - 7)

HOTLINE +49 178 586285
mallorca@pura-vida-mallorca.net

IMPRESSUM
Harry Janke • Düsseldorf und Mallorca • TEL.+49 178 5862685
mallorca@pura-vida-mallorca.net • www.pura-vida-mallorca.net

Pura-Vida-Mallorca

DIE PURE INSPIRATION - FÜR KÖRPER UND GEIST

DIE PALMA-HAFENTOUR

Kathedrale
Hafenviertel (La Lonja)
St. Catalina
Es Jounquet (Windmühlenviertel)
Yachthafen

Mediterraner Lifestyle

Der ideale Startpunkt, der ca. 3 stündigen Hafentour ist der Parc de Mar direkt vor der Kathedrale. Von hier aus eröffnen sich Ziele ins historische Palma und auch Ziele zum Hafen. Auf unserer ersten ca 6 km langen Walkingtour geht's in südwestlicher Richtung an der ehemaligen Seehandelsbörse (La Lotja) vorbei in Richtung ES Baluard Museum. Durch den dortigen Parc de la Feixina ist nach ca der Hälfte der Strecke ein Espresso im legendären Restaurant des 1903 erbauten CuBar Hotels undzwar im Turmcafe über den Dächern Palmas eingeplant. Nach der kurzen aber sehr lohnenswerten Einkehr geht es weiter ins angrenzende St. Catalina ‚Palma's angesagtesten Szeneviertel mit jeder Menge mediterraner Bodegas & Restaurants.

Über historisches Kopfsteinpflaster erreichen wir nach ca 10 Minuten das unter Denkmalschutz stehende Mühlenviertel Es Jounquet. Vor allem die beiden einzigartigen Windmühlen in hervorstechender Hügellage laden zum Träumen ein. Für Fotofans das reinste Eldorado – für frischverliebte Pärchen der ideale Treffpunkt mit kostenloser Hafensicht. In Kombination mit der wärmenden Mallorcasonne selbst im Winter ein unübertrefflicher Genuß.

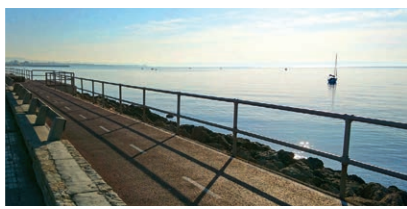
Nach einem abermaligen entspannten Aufenthalt führt uns der Weg zurück am Museum vorbei auf den PASSEIG DE MARITIM in Richtung La Lotja dem gastronomischen Highlight im Hafenviertel. Das letzte Ziel Cafe das „49 Steps" Hafencafe erreicht man natürlich über 49 Treppenstufen. Die Sicht von hieraus auf den größten Yachthafen Mallorcas mit ca. 2000 Booten & Schiffen aus der ganzen Welt ist spektakulär.

DIE TOUR DE PLAYA

La Seu
Passeig Martitim
Portixol
Coll en Rabassa

Fitness mit Meerblick

Während unsere erste Tour durch kulturhistorische Highlights geprägt war, wird es jetzt eher sportlich. Bis nach Can Pastilla liegen 10 km vor uns. Wir starten wieder in der Nähe des Parc del Mar; ca 200 m stadteinwärts an einem wunderschönen Springbrunnen am Plaza del Rein. Aufgrund der größeren Entfernung wählen wir dieses mal den guten alten Drahtesel. Wir radeln los in westlicher Richtung der gutausgebauten Strandpromenade engegen direkt am Meer. Das erste Ziel erreichen wir nach ca. 3 km die ehemaligen Fischerdörfchen Portixol & Molinar mit ihren typisch mallorquinischen Bodegas. Wer Lust auf die wohltuende Wirkung eines Strandspaziergangs hat, kann hier Strandsand & das Meer ausprobieren. Besonders sehenswert ist hier der Obelisk von Molinar. Als Fotomotiv mit Blick aufs Meer genial! Über Coll en Rabassa geht es kilometerweit am offenen Meer vorbei nach Can Pastilla. An den wunderbar idyllisch-romantischen Buchten und Aussichtspunkten begegnet man den unterschiedlichsten Menschen z.B. einen alten Korbflechter. Alleine dieser Anblick lässt uns die Stille des Meeres förmlich hören. Mit Hin- und Rückweg dauert die Playatour incl. „Strandlauf" und Fotosightseeing ca.4,5 h.



Wenn ihr noch wissen wollt, wo man die schönste Strandbar Mallorcas finden kann, dann schaut einfach mal auf unserer PURA VIDA MALLORCA Website nach...