

A photograph of a person practicing yoga on a rocky, coastal hillside. The person is in a cross-legged坐姿, with their arms raised and hands joined above their head. The background features a vast, calm sea and a sky transitioning from blue to a warm orange and yellow at sunset. The foreground is dark, rocky ground.

Karpathos 2026

Yoga  
Klettern  
Wandern  
Meer

# Programm

Zwischen Kreta und Rhodos liegt die Inselperle Karpathos: kristallklares Wasser, stille Buchten, traumhafte Wander- und Kletterrouten direkt am Meer – perfekte Erholung fernab des Massentourismus.

Euch erwartet eine abwechslungsreiche Woche mit Yoga, Klettern, Bergwanderungen und Ausflügen zu den schönsten Orten der Insel. Wir wohnen an einem der idyllischsten Plätze, im Yogaretreat von Kathy und Elias.

Karpathos ist zudem ein Top-Spot fürs Wind- und Kitesurfen.

Wir freuen uns auf eine wunderbare Zeit mit Euch!

Barbara & Toni



# Yoga Praxis



Die Yogapraxis richtet sich an Anfänger wie Fortgeschrittene.

Den Morgen beginnen wir mit Meditation und belebender Asanapraxis.

Abends praktizieren wir mit verschiedenen Schwerpunkten, Pranayama-Atemübungen und Meditationen.

Wer möchte hat die Möglichkeit Einzelstunden zu buchen.

# Barbara Rau - Yoga

Die Erfahrung von Verbundenheit in der Übungspraxis, das Miteinander und voneinander Lernen, ist für mich der Antrieb in meinen Kursen.

Seit über 20 Jahren praktiziere ich Yoga.

Meine Yogalehrer Grundausbildung 550+ erhielt ich an der AYG –Akademie München bei Sonja Söder und Patrick Broome.

Von 2021 bis Ende 2022 absolvierte ich die Yogatherapie Ausbildung

bei Bitta Boerger und Dr. Judith Schäfer am Chiemsee in Bayern.



# Toni Abbattista

## Klettern & Wandern

Der Schwerpunkt meiner Arbeit als Gesundheitscoach liegt im Bereich körperlicher und psychischer Ressourcenstärkung. Aktuell bin ich als Dozent an der Deutschen Hochschule für Gesundheit und Sport tätig, sowie als Ausbilder im Bereich Stressmanagement und Gesundheitsförderung für das Bundeslehrteam des Deutschen Alpenvereins.



# Wandern auf Karpathos

Die Berge Karpathos' ziehen sich von Nord nach Süd und gipfeln im 1215 m hohen Kala Limni. Auf gut markierten Maultierpfaden geht es durch abwechslungsreiche Landschaften, vorbei an weiß leuchtenden Dörfern und kleinen Kapellen über dem tiefblauen Meer. Der Duft von wildem Thymian und Salbei begleitet jeden Schritt. Einsamkeit, Ruhe und ursprüngliche Natur machen Karpathos zu einem besonderen, nahezu unberührten Wanderparadies.



# Klettern auf Karpathos



Die Kletterrouten bieten speziell für Anfänger und Fortgeschrittene eine ideale Möglichkeit unter professioneller Anleitung ihr Können am Fels zu erweitern oder einfach mal das Felsklettern auszuprobieren.



# Unterkunft Kathys Island Retreat

Alle Zimmer haben Meerblick und sind geschmackvoll eingerichtet.

## **Preis pro Person:**

Übernachtung im Doppelzimmer - 800 €

Einzelzimmerzuschlag – 325 €

## **Leistungen inklusive:**

Vollpension

- Reichhaltiges Frühstück vom Buffet; vegetarisch und vegan
- Mittag- und Abendessen; vegetarisch und vegan
- 1 Strandausflug mit Lunch + 1 Ausflug ins Fischerdorf Finiki mit Dinner
- Airporttransfers

Die Bezahlung der Unterkunft erfolgt direkt vor Ort an Kathys Island Retreat.

## **Extras**

Fisch und Fleisch zum Essen gegen Aufpreis möglich

Es besteht die Möglichkeit sich vor Ort gegen Gebühr einen Mietwagen oder Mietroller auszuleihen.

# Daten zum Programm

## 1 Woche Karpathos

### 12.05. – 19.05.2026

#### **Leistungen:**

Ankunftstag: Treffpunkt & Begrüßung 18.00 Uhr

Tägliches Yoga & Meditation

2 Wandertage - Olympos + Kala Limni

2 x Klettern inkl. Equipment - Aida und Umgebung

**Kurspreis:** 690 €

Anmeldeschluss: 01.04.2026

Mindestteilnehmerzahl: 8

#### **Hinweis**

Die Unterkunft und die Flüge sind im Kurspreis nicht inkludiert.

Die Flüge sind direkt bei der Fluggesellschaft selbst zu buchen, je früher desto besser.

Die Zimmer sind reserviert und werden von euch vor Ort selbst bezahlt, s. auch Hinweise Anreise und Unterkunft.



# Reiseverbindung

## **Flug**

Die meisten Verbindungen nach Karpathos führen über Athen, Rhodos oder Kreta.

Ab dem 19. Mai 2026 bietet Eurowings zudem Direktflüge ab Karpathos zurück nach Deutschland (Düsseldorf) sowie nach Österreich (Salzburg, Innsbruck, Graz) an.

Bitte bucht Eure Flüge selbst.

Ankunft: 12.05.2026

Abreise: 19.05.2026

## **Anreise mit dem Auto**

Per Fähre ab Ancona oder Bari. Karpathos liegt auf der Fährlinie zwischen Rhodos und Kreta und verfügt über eine Verbindung nach Athen.

Wir freuen uns auf Euch  
Barbara und Toni



## Anmeldung & Buchung

Yoga – Klettern – Wandern – Meer auf Karpathos/Griechenland  
12.05. bis 19.05.2026

Veranstaltungsbeginn: Dienstag 12.05./ 19.00 Uhr  
Veranstaltungsende: Dienstag 19.05./ 09.00 Uhr

Anmeldeschluss: 12. 04. 2026

Mindestteilnehmerzahl 8 Personen

Name \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

Ort \_\_\_\_\_

Email \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

**Kursbeitrag 690 €**

Mit der Anmeldung ist eine Anzahlung von 350 € an folgendes Bankkonto zu überweisen:

Barbara Rau  
Hausbank München

IBAN: DE89 7009 0100 0000 1668 39

BIC: GENODEF 1M04

Der restliche Kursbeitrag muss bitte spätestens 14 Tage vor Kursbeginn auf o.g. Konto entrichtet oder bar vor Ort beglichen werden.

Die Unterkunft wird direkt vor Ort an KathysIslandRetreat bezahlt,  
Preise siehe Programm.

Die Kursplatzreservierung wird bei Eingang der Anzahlung und der unterschriebenen Anmeldung und Haftungsausschlusserklärung schriftlich bestätigt. Die Reservierung erfolgt nach Eingang der Anmeldungen.

Die Anmeldung und Haftungsausschlusserklärung bitte an:

Barbara Rau, Anton Abbattista, Weißenburgerstr. 39, 81667 München oder mail@coaching-abbattista.de

## Teilnahmebedingungen

### Stornierung durch den Teilnehmer

Bei Rücktritt wird eine Stornogebühr in Höhe der Anzahlung von 350 € erhoben.

Bei Rücktritt ab dem 14. Tag vor Kursbeginn wird der gesamte Kurspreises berechnet, außer es steht eine Ersatzperson zur Verfügung, in diesem Fall wird eine Bearbeitungsgebühr von 50 € erhoben.

### Rücktritt durch den Veranstalter

Wird die erforderliche Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht, ist der Veranstalter berechtigt zurückzutreten, das Gleiche gilt bei krankheitsbedingter Absage durch den Veranstalter. Der Kurspreis wird in voller Höhe an den Teilnehmer zurückerstattet, darüber hinaus entstandene Kosten können nicht in Geltung gebracht werden.

### Versicherung

Der Teilnehmer ist für jegliche Art von Versicherung insbesondere bei Reiserücktritt, Krankheit oder Unfall selbst verantwortlich. Der Teilnehmer nimmt auf eigene Gefahr an der Veranstaltung teil. Eine Haftung durch den Veranstalter ist ausgeschlossen.

Die unterschriebene Haftungsausschlusserklärung ist Teil dieser Vereinbarung.

### Haftungsausschlusserklärung

Meine Teilnahme am Programm Yoga – Klettern – Wandern – Meer in Karpathos/Griechenland vom 12.05. – 19.05. 2026 erfolgt auf eigene Gefahr und eigenes Risiko.

Ich verzichte hiermit ausdrücklich auf sämtliche Ansprüche – gleich welcher Art – aus Schadensfällen, Verletzungen oder Folgeschädigungen:

- die im Zusammenhang mit meiner Teilnahme an dieser Reise stehen.
- Auch für Sachschäden wird eine Haftung von Seiten des Veranstalters ausgeschlossen.
- Ich versichere gesund zu sein. Ich habe mich bei einem Arzt meines Gesundheitszustandes versichert. Habe ich darauf verzichtet, so tue ich dies auf eigene Verantwortung.
- Für gesundheitliche Risiken, insbesondere Covid 19 betreffend und auch solche, die mir selbst aktuell nicht bekannt sind, übernimmt der o.g. Veranstalter im Falle eines Schadens oder Unfalls keine Haftung.
- Jede Erkrankung und auch plötzliche Befindlichkeitsänderungen wie Übelkeit, Schwindel, Schmerz, Herzrasen oder Ähnlichem werde ich sofort dem o.g. Veranstalter mitteilen und ggf. das Training/Programm abbrechen.
- Ich bin gegen Unfälle, Verletzungen und Erkrankungen, die im Rahmen des Programms auftreten können, versichert. Gleichermaßen gilt für den direkten Weg von und zum Veranstaltungsort. Ist dies nicht der Fall, geschieht dies auf meine Verantwortung.
- Ich habe mich über den Inhalt dieser Haftungsausschlusserklärung vollständig informiert, indem ich diese gelesen habe und akzeptiere diese durch meine Teilnahme am Programm.

Datum, Ort

Unterschrift