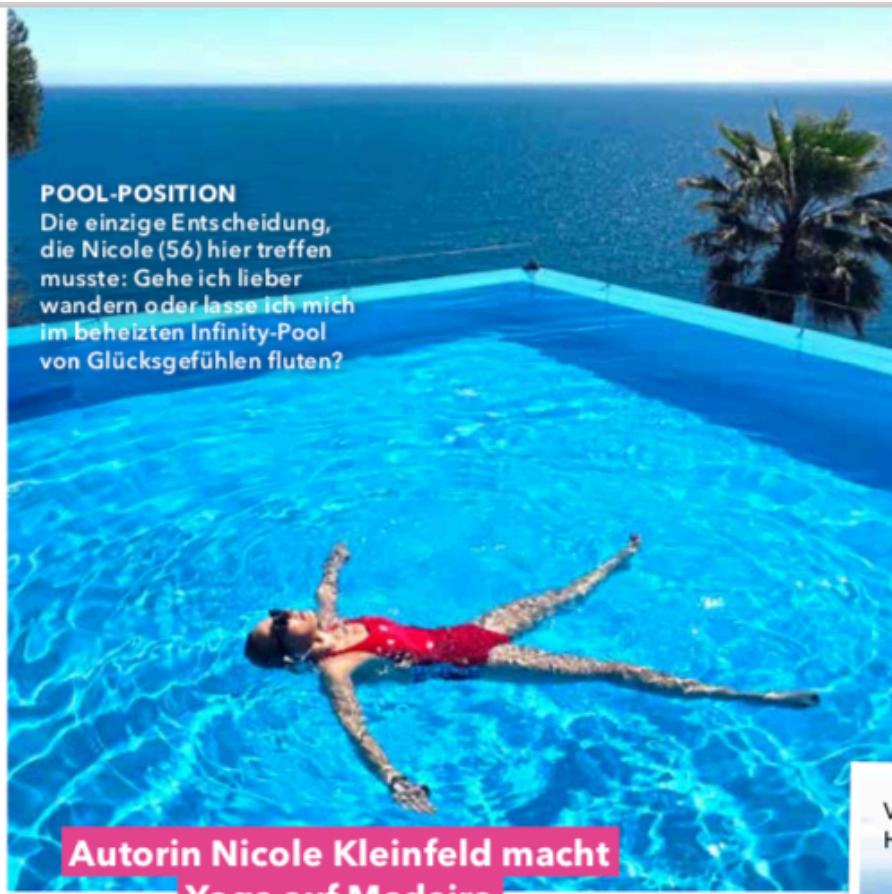


GENERATION WOW

Reisegruppe

POOL-POSITION

Die einzige Entscheidung, die Nicole (56) hier treffen musste: Gehe ich lieber wandern oder lasse ich mich im beheizten Infinity-Pool von Glücksgefühlen fluten?



**Autorin Nicole Kleinfeld macht
Yoga auf Madeira**

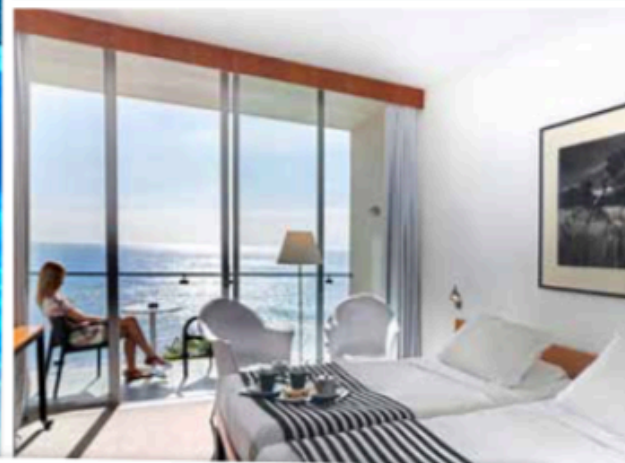
„Ganz sanft zurück in meinen Flow“

Das hab' ich mir jetzt verdient. Eine Woche Yoga auf Madeira, herrlich. Als ich aus dem Flieger steige, nehme ich einen ersten Atemzug dieser betörenden Seeluft und lerne meine Truppe kennen. Ich habe Glück. Alles wundervolle Frauen zwischen 20 und 75 Jahren. Auf der 20-minütigen Busfahrt zum Hotel lassen wir demütig unsere Handys sinken und starren auf das funkelnde Meer und die leuchtenden Blütenfelder. Hoch oben auf dem Felsvorsprung über dem kleinen Ort

Ponta do Sol thront das Design-Hotel „Estalagem“, unser Zuhause für diese Woche. Bei geöffneter Balkontür schlafe ich mit Meeresrauschen ein. Am nächsten Tag stehen endlich die Yoga-Sessions an. Wir machen viel Yin-Yoga, visualisieren unsere Wurzeln. Im Laufe der Woche fühle ich mich so stabil wie der große Baum draußen im Garten. Kein Wunder, dass Sisi sich ausgerechnet hier von ihrem Leid kuriert hat.

INFO: 1 Woche im DZ/HP, 4 Yoga-Stunden am Tag ab 1050 €. Termin zum Beispiel vom 29.9. bis 6.10., EZ-Aufpreis 450 €, www.neuwege.com

HIGH ENERGY Kenner wissen es längst. Madeira ist keine Insel, sondern ein Gefühl. Nirgends auf der Insel gibt es mehr Sonnenstunden als in Ponta do Sol



Von den Zimmern und der Terrasse des 4-Sterne-Hotels blickt man spektakulär aufs Meer



Auf der nächsten Seite geht's weiter ▶