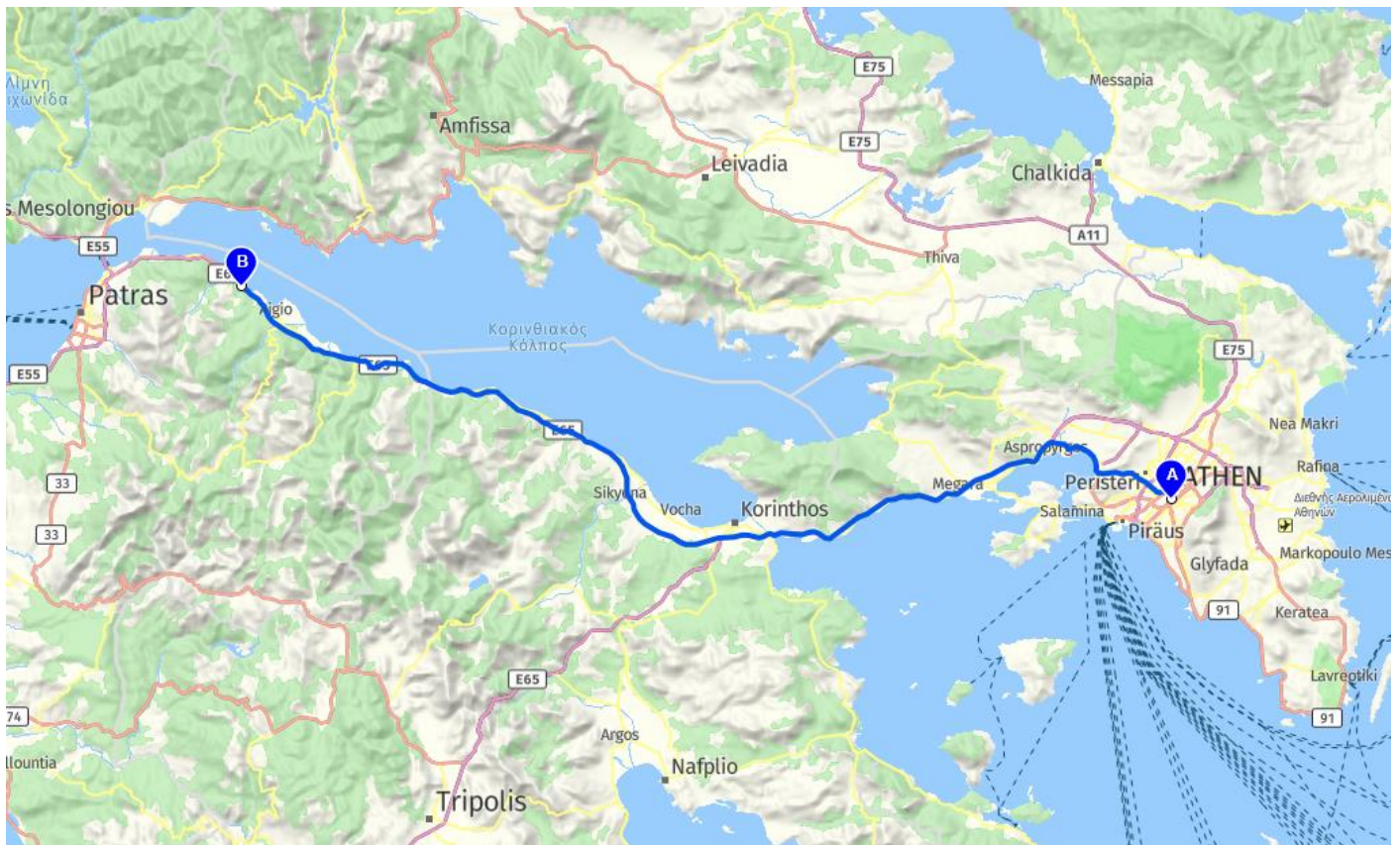




„Die Magie der Fülle“ – Biodanza im Garten der Musen (Griechenland)

24.-31 Oktober 2026 (Herbstferien NRW) mit Gabriele Freyhoff- Infos



Eine Reise mit Biodanza in einen authentischen Teil von Griechenland



UNSER AUFENTHALTSORT: SELIANITIKA

Unser Hellenikon Idyllion liegt am Rande von Selianitika, einem der schönsten Dörfer zwischen Patras und Korinth, direkt am Golf von Korinth. Da 95 % der Touristen Griechen sind, bewahren Selianitika und das benachbarte Longos



ihren ureigenen griechischen Charme – auch im Sommer.

Selianitika ist ein ursprünglich gebliebenes griechisches Dorf – zu 100 % griechische Kultur. In der Nähe finden sich ein Fischer, der frischen Fang direkt vom Boot verkauft, und ein Bäcker, der noch im traditionellen Holzofen backt. Tavernen, Cafés, Supermarkt, Apotheke und Kiosk sind zu Fuß erreichbar. Die nächste Stadt Egio liegt 6 km, Patras 30 km entfernt.

DIE REGION

Die Gegend ist wundervoll und viele Wanderungen und Ausflüge sind möglich. Da fällt die Entscheidung nicht leicht, aber Andreas, der Leiter unserer Unterkunft kann uns gut beraten: Hier sind einige Möglichkeiten:

- Bergsee Silivlos (Wander- und Naturausflug)
- Kloster Mega Spilaio

Ein beeindruckendes Felsenkloster, das sich gut mit einem halbtägigen Ausflug verbinden lässt

- Spilia ton Limnon (Höhlenseen)

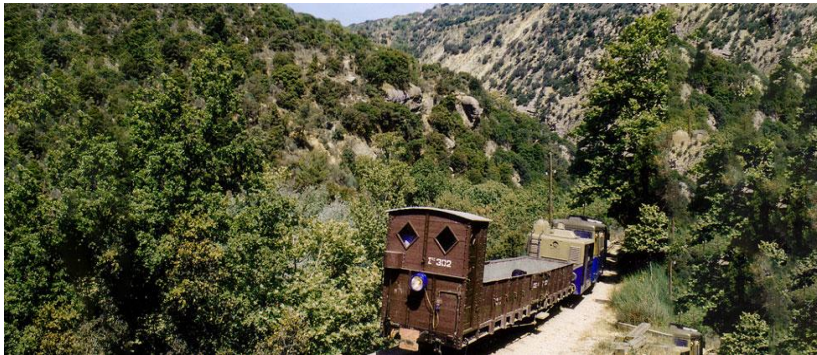
Eine besondere Höhle mit kleinen Seen, Stalaktiten und einer Brücke, die durch die Höhle führt. Zusätzlich gibt es ein kleines Museum über prähistorische Bewohner sowie mythologische Bezüge. Von dort aus kann man optional mit der Zahnradbahn nach Kalavryta fahren oder eine Wanderung durch die Schlucht bis nach Diakopto (ca. 3,5 Stunden) unternehmen.



- Bergkloster Pamegiston Taxiarchon, etwa 20 km von Selianitika entfernt.
- In hohe Felsen gebaute Meteora-Klöster
- Inselwanderung auf den gegenüberliegenden Trisonia-Inseln am Golf von Korinth,
- Motor-, Segelboot-Tour mit Picknick mit frischgefangenen Fischen, Muscheln und Seeigeln.

- **Tsivlos & Styxquelle**

Im Helmos-Gebirge liegt eine kleine Grotte mit zwei Seen – nur etwa eine Autostunde von Selianitika entfernt. Der Bergsee Tsivlos ist eingebettet in grüne Berge und hat ganz weiches Wasser. Wanderung vom Dorf Peristera aus das Gebirge herauf bis zu der malerischen Styxquelle (Στύξ).



Zahnradbahn & Kalavrita

Eine wundervolle Tour durch eine atemberaubende Schlucht per Zahnradbahn nach Kalavrita – umgeben von schönster Natur. Das Skigebiet liegt auf der hinteren Seite des Berges Chelmos.



Im Süden Zum Felsenkloster Taxiarchon (wo noch Adler kreisen) · Zum Felsenfrauenkloster Pepelenitsa · Zur Plataniotissa (Kirche inmitten einer Platane, in der 20 Leute stehend Platz haben) · Nach Rypes (neu entdeckte antike Stadt mit ausgegrabenen Tempel) · Kastria Grotte mit kleinen Seen und Bergtal mit Forellen- und Lachszucht · Zu einem Artemis-Tempel und zur antiken Stätte Leontion

KULTR

Auch kulturelle Stätten sind reichlich in der Gegend zu besuchen. Folgende Ausflüge empfiehlt Andreas:

Tagesausflug: Mykene – Epidauros – Nafplio

Zuerst erreicht man Mykene, etwa eine Stunde entfernt. Dort kann man die bedeutende archäologische Stätte der mykenischen Kultur besichtigen.

Anschließend geht es weiter nach Epidauros, etwa 40 Minuten Fahrt. Besonders beeindruckend ist das gut erhaltene antike Theater.

Zum Abschluss empfiehlt sich ein Besuch der wunderschönen Stadt Nafplio. Dort kann man den Tag entspannt ausklingen lassen und anschließend zurückfahren.

Tagesausflug: Olympia und Umgebung

Ein weiterer Ausflug führt nach Olympia. Dort kann man die antiken Stätten sowie das Museum besichtigen. Im Archäologischen Museum von Olympia werden zahlreiche bedeutende Funde der alten Griechen ausgestellt. Etwa 1,5 Stunden entfernt liegt zudem der Tempel von Bassae (Vassai), der auf Wunsch ebenfalls besucht werden kann.

In der Region Andritsena gibt es außerdem weitere sehenswerte Landschaften.

Wer den gut erhaltenen Tempel des Epikurios Apollon besichtigen möchte, sollte diesen ebenfalls einplanen. Auf dem Rückweg bietet sich ein Halt am wunderschönen Sandstrand von Kourouta an – mit goldenem Sand und guten Restaurants (z. B. in der Nähe von Achilleion).

Optional:

In Ilis (Elis), der antiken Stadt zur Vorbereitung der Olympischen Spiele, gibt es ein kleines Museum. Dieser Besuch eignet sich auch gut als separater, kürzerer Ausflug.

Tagesausflug: Delphi

Der dritte Ausflug führt nach Delphi, etwa 2,5 Stunden Fahrt entfernt.

Für die Anreise gibt es zwei Möglichkeiten:

- über die Rio-Andirrio-Brücke
- oder mit der Fähre (ca. 30 Minuten Überfahrt über das Wasser)

Auf dem Rückweg empfiehlt sich eine Essenspause im schönen Städtchen Galaxidi.

Nur 2:00 h von Selianitika entfernt liegen die Ausgrabungsstätten von Delphi. Für die Menschen der Antike war es der Mittelpunkt der Welt. Als Zeus einmal zwei Adler an den Enden der Welt aufsteigen ließ, trafen sie sich in Delphi. Heute erreicht man diesen Mittelpunkt von Selianitika aus sehr einfach, indem man mit der Fähre von Patras auf das Festland übersetzt und weiter mit dem Bus nach Delphi fährt.

Delphi gehört dem UNESCO-Weltkulturerbe an. Besonders sein Orakel ist sehr berühmt. Durch den Pilgertourismus und die Gaben wurde Delphi zu einer reichen Stadt. Die Glaubwürdigkeit des Orakels wurde durch die berühmte Zweideutigkeit der Orakelsprüche gesichert.

Heute kann man noch viele alte Stätten besichtigen, wie das Athena-Heiligtum, die Kastalische Quelle, das Apollon-Heiligtum, das Theater und das Stadion.

Tagesausflug: Mykene (Μυκῆναι)



Mykene liegt nur gute 1:30 h von Selianitika aus mit dem Auto entfernt. Der Besuch lohnt sich. Mit der mykenischen Kultur entstand die erste europäische Hochkultur auf dem Festland während der Bronzezeit.

Langsam fährt man durch das Dorf Mykines und plötzlich sieht man die erhabenen Mauern der Burg von Mykene. In vorklassischer Zeit war Mykene eine der bedeutendsten Städte überhaupt.

Nach griechischen Sagen wurde sie von Perseus, dem Sohn von Zeus und Danae, gegründet, der an diesem Ort durstig aus einem Pilz Wasser trank. Daher kommt auch in ihrem Namen das Wort „Pilz“ vor. Man kann dort noch heute die Ruinen der mykenischen Oberstadt besichtigen, mit dem weltbekannten Löwentor, der Kyklopenmauer, den Königsgräbern, dem Palast und vielen anderen Sehenswürdigkeiten.

DIE ANFAHRT – mit dem Mietwagen

Die Unterkunft befindet sich in Selianitika, 30 km von Patras und 7,5 km von Egio entfernt. Mit dem Auto:



Fähre über Venedig oder Ancona nach Patras. Ab Athen: Bus 93 nach Kifissou (ca. 50 Min.), dann halbstündig nach Selianitika (ca. 2 Std. 20 Min.).

Fahrtdauer: ca. 02:00h (ca. 200 km)

Preis: ab ca. 80,00 EUR/Woche

Verleih: Unzählige Anbieter verfügbar – online im Voraus oder vor Ort buchbar. Beispiele: billiger-mietwagen.de, holidayautos.de, economycarrentals.com, hertz.at

Route Vom Flughafen in Richtung Korinth → Patras.

Auf der Autobahn, ca. 6 km nach der Ausfahrt Aegion, die Ausfahrt „**Selianitika, Logos, Kamares**“ nehmen.

Wichtig: Bitte langsam fahren nach der Ausfahrt Aegion, um Selianitika nicht zu verpassen! Sonst müssen Sie bis Patras fahren und wieder zurück.

Weiterfahrt nach der Ausfahrt Nach ca. 250m finden Sie eine Straßenkreuzung der örtlichen Parallelstraße zur Autobahn. Überqueren Sie diese Straße und fahren Sie 250m weiter bis zu einem dreieckigen Platz direkt zum Meer. Von dort 300m nach links fahren (erst zum Hotel Kanelli, dann 100m weiter bis zum Garteneingang).
Parken Sobald Sie am Hotel „Kanelli“ angekommen sind, noch ca. 100m weiterfahren, bis Sie unsere beschilderte Einfahrt mit unserem Logo und Schiebetor aus Draht (vor dem grünen Zaun) auf der linken Seite der Strandstraße finden. Hinein 50m zum Garten kommen und parken.

Navigation: Falls Sie kein Navi an Bord haben, schicken wir Ihnen gerne die Anfahrt.

Die finale Ankunft in Selianitika

Ab der 2. Haltestelle (Große Kreuzung – Empfohlen):

- Straße rechts den Hügel hinunter Richtung Meer nehmen.
- Am Strand (dreieckiger Platz) ca. 150m nach **links** der Uferpromenade folgen.
- Vorbei am Hotel Kanelli, noch 100m weiter bis zum Eingang (Muse-Logo).

Ab der 1. Haltestelle (Kirche):

- Kleine Straße rechts hinunter zum Meer nehmen.
- Am Strand nach links ca. 400m an der Uferpromenade entlang bis Hotel Kanelli.
- Noch 100m weiter bis zum Eingang.

Mit dem Bus

Gesamtfahrtdauer: ca. 03:30h inkl. Wartezeiten

Gesamtkosten: ca. 25,00 EUR

1. Teilstrecke: Flughafen → Busstation Kifissou

Bus Nr. 93 fährt alle 30 Min. direkt zur zentralen Busstation Kifissou.

Dauer: ca. 50 Min. | **Kosten:** ca. 6,00 EUR

(Alternativ per Taxi: ca. 45 Min., ca. 45,00 EUR)

2. Teilstrecke: Kifissou → Aegion

Busse nach Aegion/Patras fahren tagsüber ca. alle 30-60 Min.

Letzter Bus: 21:30 Uhr (Sa 21:00 Uhr) **Dauer:** ca. 02:10h | **Kosten:** ca. 18,00 EUR

Tickets am Schalter (Ziel: Aegion/Aigio). Plattformen 26-28.

3. Teilstrecke: Aegion → Selianitika

Örtlicher Bus Richtung ZHIPA (Siria) oder KAMARAIS (Kamares).

Haltestelle gegenüber der Busstation.

Wochentags: stündlich | **So:** alle 2h | **Letzter Bus:** 21:30 Uhr (Sa/So 21:00)

Dauer: ca. 20 Min. | **Kosten:** ca. 1,50 EUR

Empfehlung: Andreas empfiehlt das Taxi ab Aegion (ca. 15 Min., ca. 11,00 EUR). Taxis warten an der Station.

Wichtig: Steigen Sie in Selianitika an der 2. Haltestelle (große Kreuzung) aus.

Die finale Ankunft in Selianitika

Ab der 2. Haltestelle (Große Kreuzung – Empfohlen):

- Straße rechts den Hügel hinunter Richtung Meer nehmen.
- Am Strand (dreieckiger Platz) ca. 150m nach **links** der Uferpromenade folgen.
- Vorbei am Hotel Kanelli, noch 100m weiter bis zum Eingang (Muse-Logo).

Ab der 1. Haltestelle (Kirche):

- Kleine Straße rechts hinunter zum Meer nehmen.
- Am Strand nach links ca. 400m an der Uferpromenade entlang bis Hotel Kanelli.
- Noch 100m weiter bis zum Eingang.

UNSERE UNTERKUNFT – EIN GARTEN VON 4000QM

Ein großer einzigartiger Garten der zugleich direkt am Strand und direkt am Dorf liegt.

Der Garten ist nicht nur ein Naturparadies am Meer, er wurde vielmehr als eine Art „Grüner Salon“ und Veranstaltungsraum von Andreas Dreki entworfen. Es besteht eine einzigartige Atmosphäre kombiniert mit dem stetigen Fluss gelebter griechischer Gastfreundschaft, griechischer Kultur und griechischer Geschichte. Dazu kommt die Begegnung mit Gleichgesinnten vieler Nationen. Das macht das Flair des Anwesens aus. Die Gäste



kommen wegen dieser lebendigen und naturverbundenen Atmosphäre wieder, die das Gesamtkonzept von „Hellenikon Idyllion vermittelt“. Daraus entwickelte sich seit 1990 ein internationales kulturelles Netzwerk.

Die individuell gebauten sieben Apartments und sechs Bungalows



befinden sich in einem Garten der Musen im Hellenikon Idyllion, direkt im authentischen Dorf Selianitika, an der

Nordwestküste der Peloponnes, wo man Dank seiner ursprünglichen Atmosphäre und nur wenigen Touristen Griechenland griechisch erlebt.

Die Gäste können aus unserem ausschließlich biologisch gepflegten Garten neben sieben Sorten an Trauben auch Feigen, Mispeln, Grapefruits und Kakis jeden Tag pflücken. Von Ende Oktober bis April gibt es auch Gemüse zu ernten. Zusammen mit Grapefruits, Kakis und schmackhaften Oliven lässt sich eine gesunde Wintekur-Ernährung aus Naturprodukten genießen.



Der Garten liegt direkt im ursprünglichen Dorf Selianitika auf der NW-Peloponnes nur zwei Autostunden entfernt von den 5 wichtigsten archäologischen Stätten Olympia, Delphi, Alkorinth-Mykene-Epidauros und

der Akropoliis in Athen. Das Hellenikon Idyllion befindet sich inmitten eines 4.000qm großen, biologisch angepflanzten Trauben-, Gemüse- und Blumengartens. Es liegt an der Nordwestküste der Peloponnes in Selianitika, einem der schönsten Orte mit echt griechischer Atmosphäre. Auf dem Grundstück befinden sich individuell gebaute Bungalows und Apartments, umrahmt von Orangen-, Mandarinen-, Grapefruit-, Zitronen-, Granatapfel-, Kaki- Mispeln- und Olivenbäumen, sowie Traubenpergolas. Der Duft von Jasmin, Rosen und anderen Blumen dringt bis in die großen Wohnveranden. Die zentrale und günstige Verkehrslage unseres Dorfes ermöglicht es, sich mit Bus, Fähre und Zug flexibel zu bewegen. Das Hellenikon Idyllion ist ganzjährig geöffnet und eignet sich ideal für Familien und Alleinreisende, aber auch für kreative Gruppen, wie z.B. Chöre, Orchester, Kammemusik-, Tanz-, Theaterensembles, musisch-humanistisch orientierte Schulen, Malerei, Wander- und Archäologiefreunde.

Adresse: Hellenikon Idyllion – Garten der Musen, Kyanis Aktis 20, GR-25100 Selianitika-Egion

Mobil.: 0030 6972263356, e-mail: info@idyllion.eu Homepage: www.idyllion.eu

UNTERKÜNFTE

Die Unterkünfte sind einfach & rustikal – Hier sind einige Beispiele: schau am besten auf der Webseite <https://idyllion.eu/> nach oder lasse sich überraschen.

Das Hellenikon Idyllion ist ein Ort für Menschen, die ihr Glück nicht im Luxus, sondern in der Natur, in schöpferischen Begegnungen und neuen Erfahrungen finden.

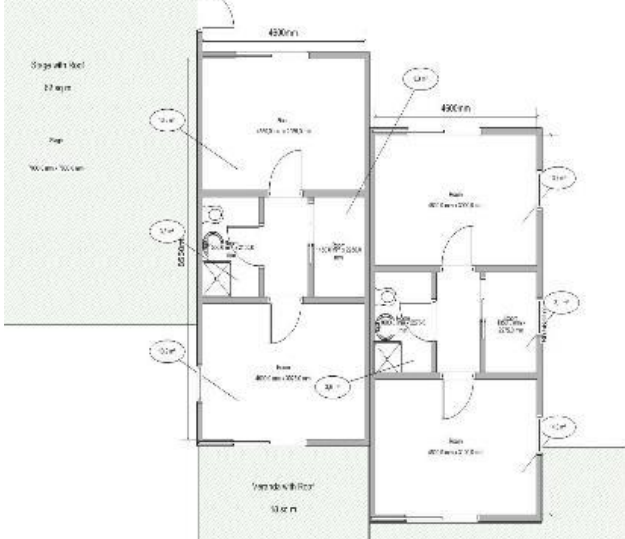
Wohnung Nr. 1 – der Mini-Bungalow



Bungalow Nr. 1 (2 Personen)

- Ein Doppelbett auf Holzgalerie, über eine Treppe erreichbar
- Ein Schrank
- Erdgeschoss: ein kleiner Tisch mit zwei Stühlen, Küche, zwei Herdplatten und Badezimmer
- Vor dem Haus große, überdachte Terasse mit rundem Tisch und Stühlen
- Klimaanlage inbegriffen
- Ölheizkörper auf Wunsch
- 15m vom Strand entfernt

Wohnung Nr. 2 – Zweizimmer-Bungalow



Wohnung für 5-6/8 Personen

- Erdgeschoss, vorne im Garten gelegen (30 m vom Strand entfernt)
- Zimmer 2a: ein Doppelbett, zwei Doppelsofas
- Zimmer 2b: ein Doppelbett, zwei Einzelhochbetten mit Waschbecken
- Gemeinschaftsküche, WC und Dusche (zwischen den Zimmern gelegen)
- Terasse mit Meerblick und Weinpergola ideal für Familien und junge Reisende



Verpflegung: Jedes der Appartements hat eine Küche, so verpflegen wir uns zum Frühstück selbst und essen gemeinsam an einem großen Tisch im Garten. Zum Abendessen treffen wir uns in einem der nahe gelegenen Restaurants, die sehr günstige und leckere griechische Speisen servieren.

Ich freue mich auf Euch!

Gabriele