



# THALASSOTHERAPIE en Back to basic workshop 2017 Bulgarije – Griekenland - Bulgarije

SOFIA – MONASTERE DE RILA – SANDANSKI – MELNIK – YAVORNITSA - KERKINI – THESSALONIQI –  
schiereiland CHALCIDIQUE/Egeïsche Zee – BANSKO – GORNO DRAGLISHTA - SOFIA

Reisplan voor Synergeia en sympathisanten (BE)



## **Dag 1 : 16 SEPTEMBER : Charleroi – Sofia - Sandanski**

Vertrek in Charleroi om 8h50 en aankomst in Sofia om 12h25. Afspraakplaats : uitgang luchthaven.

Verplaatsing van 4h naar onze eerste bestemming. Culturele stop in het Rila klooster (grootste klooster van Bulgarije (10<sup>e</sup>, Unesco)

Overnachting in hotel 4\* te SANDANSKI met Zwembad, Spa-centrum en wellness. *Hier verblijven we 2 nachten*

***Inbegrepen in de prijs : ontbijt, diner***



**Dag 2 : 17 SEPTEMBER : Sandanski – Melnik - Sandanski**



In de ochtend blijven we in de SPA. Rond de middag kleine uitstap (30 min bus) naar het klooster van Rozhen. Middagmaal en bezoek van de 17<sup>e</sup> eeuwse abdij. Daarna een prachtige wandeling van Zuur naar het middeleeuws stadje Melnik. Dit stadje is geklasseerd als nationaal patrimonium wegens zijn architectuur en uitzonderlijke natuurlijke ligging, de zand-kantpyramides van Melnik. In de late namiddag komen we aan in de wijnkelder van Orbelus (unieke biowijn). We doen een degustatie en we nemen een licht diner. Hierna keren we terug naar het hotel.



***Inbegrepen in de prijs : ontbijt, lunch en diner. Alle maaltijden zijn deze dag door ons met zorg geregeld op de meest authentieke plaatsen.***





**Dag 3 : 18 SEPTEMBER : Sandanski - Javornitsa - meer van Kerkini**



We genieten terug van de perfecte spa en massagemogelijkheden. Rond de middag vertrekken we naar het dorp Javornitsa (30 min) aan de voet van het Belasitsa massief. We nemen onze maaltijd in een lokaal gasthuis waar we de eerste keer kunnen deelnemen aan de bereiding van de lokale keuken. We starten onze eerste workshop rond fermentatie, bewaringstechnieken en lokale artisanale keuken. We bezoeken een totaal andere wijnkelder. We hebben nog 1h15 te gaan naar Griekenland naar ons observatiehotel over het meer van Kerkini. Leuk klein hotelletje met uniek uitzicht over het meer.

***Inbegrepen in de prijs : ontbijt , workshop met maaltijd . 's Avonds blijven jullie vrij voor de maaltijd***

**Dag 4 : 19 SEPTEMBER : Meer van Kerkini - Thessaloniki - Chalcidici**



Erg vroeg gaan we met een motorboot het meer op om deze unieke site met pelikanen, aalscholvers, zilverreigers en zo veel meer vogels te observeren (2h). Hierna gaan we naar Thessaloniki (de hoofdstad van Noord-Griekenland). Hier bevindt zich een uitzonderlijke collectie iconen in het Byzantijns museum (deze



mogelijkheid bespreken we volgens de interesse). In de late namiddag komen we aan op het schiereiland Chalcidici). Nog juist op tijd om een duik in de zee te nemen voor het diner.

Hier blijven we 2 nachten in een 3 of 4 sterren hotel.

***Inbegrepen in de prijs : alleen het ontbijt .***

### **Dag 5 : 20 SEPTEMBER : Chalcidici**



Een rustdag aan de Egeïsche zee. Fietsen, zonnebaden of de zee of afhankelijk van de mogelijkheden van het hotel.

***Inbegrepen in de prijs : alleen het ontbijt . De rest is vrij te kiezen.***

### **Dag 6 : 21 SEPTEMBER : Chalcidici - Bansko**

Na het ontbijt, nog snel een duik in de zee want om 10h keren we terug naar Bulgarije. Deze keer wel 4h naar onze bestemming, ter plaatse bespreken we vooraf de bezoekmogelijkheid onderweg (klooster of grotten volgens de voorkeur van de groep). We eten een hapje onderweg .We komen aan rond 16h30 in Bansko.We bezoeken een boerderij waarna we ons in het hotel met spa installeren. We eten in een knus lokaal restaurant.

***Inbegrepen in de prijs : het ontbijt en avondeten . De lunch is vrij.***



**Dag 7 : 22 SEPTEMBER : Bansko - Gorno Draglishte - Sofia**

's Morgens gaan we na een klein tochtje van 30 min naar Gorno Draglishte. We bezoeken de moestuin en boomgaard van Chez Dechka. Hier doen we onze tweede work-shop rond fermentatie ,bewaartechnieken en traditionele keuken. We vertrekken met onze eigen productie na een leuke maaltijd. Terugkeer naar Sofia, begeleiding met gids langs het historisch centrum. Verder vrije tijd.

***Inbegrepen in de prijs : het ontbijt en lunch .Het diner is vrij te kiezen.***







**Dag 8 : 23 SEPTEMBER : Vrij bezoek Sofia met kans om te shoppen.**

*Inbegrepen in de prijs : overnachting met ontbijt .*

**Dag 9 : samen ontbijten , napraten . Terugvlucht België 11u ( Bulgarse tijd).**

## **PRAKTISCH**

- **PRIJS verblijf 900 € per persoon in tweepersoonskamer**  
**€ 160 supplement /het volledig verblijf in éénpersoonskamer**  
Indien je een verlenging wenst met huurauto en een ontdekking van plovdiv en de rozenvallei kan je dit best bevestigen om verdere informatie en voorwaarden via de plaatselijke organisator te bekomen.
- **Prijs massages : volgens de complexiteit en duur .Alle andere spa-faciliteiten zijn gratis ( sauna, haman, jacuzzi, zwembaden met thermaal water)**
- **Inbegrepen in de prijs : overnachting met ontbijt, workshops, 3 lunchen en 3 diners**
- **Het maximum aantal deelnemers is 20 (zonder Synergieia).**
- **Om praktische regelingen sluiten we de reservatie af op 18 mei. Op die avond zijn deelnemers welkom om kennis te maken met elkaar.**
- **Je kan gemakkelijk de vlucht zelf boeken via [www.wizzair.com](http://www.wizzair.com) . Voor een meerprijs van 175 € brengen we je vlucht in orde (20kg bagage inclusief en zeer kleine handbagage).**

**De munt is de lev en is zonder enig probleem ter plaatse vlot om te wisselen (1€ = 1,95lev ong.) in post en bankkantoor).**



[www.randobulgarie.eu](http://www.randobulgarie.eu) E-mail: [Lpopiordanov@gmail.com](mailto:Lpopiordanov@gmail.com)



## **Inschrijvings- en annulatievoorwaarden :**

Een inschrijving is een wederzijds engagement. Om die redenen zijn er een aantal voorwaarden verbonden aan inschrijving en annulatie :

- U bent ingeschreven na betaling van 30% van het totale bedrag en een bevestiging via [www.synergieia.be](http://www.synergieia.be) of [info@synergieia.be](mailto:info@synergieia.be). Voorschot- en saldofactuur worden opgestuurd en bevestigen definitief je inschrijving.

**Bankrekening Synergieia :KBC 7340 2787 3563 IBAN : BE40 7340 2787 3563 - BIC : KRED BE BB**

- Het saldo moet uiterlijk 8 weken voor vertrek worden betaald, anders wordt je reis geannuleerd en vragen we een annulatiekost zoals aangegeven hieronder.
- **Annulatiekost:**
  - Tot 8 weken voor de afreis: 20% van de prijs
  - Tot 4 weken voor de afreis: 50% van de prijs
  - Tot 2 weken voor de afreis: 80% van de prijs
  - Minder dan 2 weken: 100% van de prijs.
- Annuleren kan enkel schriftelijk via een e-mail naar [info@synergieia.be](mailto:info@synergieia.be)
- Het vliegticket moet je zelf reserveren. We kunnen je wel helpen zoeken naar de juiste vlucht, maar we kunnen niet boeken in jouw plaats.
- Indien de reis niet kan doorgaan wordt het vliegticket nooit door ons terugbetaald. Als je op zeker wilt spelen kan je best een flexibel ticket nemen, dat je eventueel kunt terugbetaald krijgen door de vliegmaatschappij.
- Bij inschrijving aanvaard je automatisch de annuleringsvoorwaarden



De reis wordt gegidst door Rossen Moutaftchiiski volgens voorkeur in het Engels of Frans (of Russisch of Spaans of..°



***Deze reis wordt mede mogelijk gemaakt door de erg geapprecieerde sponsoring  
Van Energetica Natura***