

Allgemeine Informationen

Die Diabetes-Erlebniswanderung der AG Diabetes, Sport und Bewegung der DDG e. V. wird durch die alpetour Touristische GmbH bei Reiseablauf und Buchungen vor Ort unterstützt. Es gelten daher auch die folgenden Bedingungen der alpetour Touristische GmbH:

Datenschutzerklärung

Bei einer Anmeldung erhebt und verarbeitet die Firma alpetour Touristische GmbH Ihre personenbezogenen Daten nach den gesetzlichen Bestimmungen, soweit dies zur Erfüllung und Abwicklung Ihrer Anmeldung oder zur Bearbeitung Ihrer Anfragen erforderlich ist (Artikel 6 1b, DSGVO). Bei der verantwortlichen Stelle handelt es sich um alpetour Touristische GmbH, Josef-Jägerhuber-Str. 6, 82319 Starnberg, Tel.: +49-8151-775-0. Informationen zu Ihren Rechten (u.a. Auskunft, Berichtigung, Löschung, Beschwerderecht bei der Aufsichtsbehörde) und die vollständige Datenschutzerklärung finden Sie unter <https://www.alpetour.de/datenschutz/>.

Reiseversicherungen

Der Abschluss einer Reiseversicherung der HanseMerkur Reiseversicherungs AG über die alpetour Touristische GmbH ist möglich. Nähere Informationen zu den Versicherungen erhalten Sie unter:

www.alpetour-gruppenreisen.de/versicherung

Bitte teilen Sie uns bei Buchung mit, welche Versicherungsart Sie wünschen.

Reisedokumente

Wir haben Sie als Reiseveranstalter über allgemeine Pass- und Visumverordnungen des Bestimmungslandes zu unterrichten. Für EU-Bürger*innen ist für die Reise in einen Mitgliedstaat der Europäischen Union ein gültiger Personalausweis oder gültiger Reisepass erforderlich. Für Reisende aus Nichtmitgliedstaaten der EU sind die jeweiligen Besonderheiten der Einreise zu beachten. Wir bitten Sie, vor Buchung zu prüfen, ob alle Reisenden die Einreisevoraussetzungen erfüllen. Die Einreisebestimmungen für Italien können für alle Nationalitäten bei der Botschaft in Berlin unter der Tel. Nr. 030-25440-0 bzw. E-Mail segreteria.berlino@esteri.it erfragt werden. Wir sind Ihnen auf Wunsch gern dabei behilflich. Bitte beachten Sie zusätzlich die Fahrtroute Ihrer Reise und die dabei ggf. durchquerten Länder. Weitere Informationen zu Einreisebestimmungen erhalten Sie unter: www.auswaertiges-amt.de

Teilnahmebedingungen

Die Mindestteilnehmerzahl zur Durchführung dieser Reise beträgt 20 zahlende Personen. Sie können vor Reisebeginn jederzeit vom Reisevertrag zurücktreten. Dabei fallen nach dem letzten kostenlosen Stornotermin Stornierungsgebühren/ Entschädigungspauschalen lt. Punkt 5 der Allgemeinen Reisebedingungen für Endverbraucher von alpetour an (siehe mit Buchungsfeld auszuhandigender Anlage oder www.alpetour-gruppenreisen.de/ARB).

Bei der vorliegenden Reise gelten folgende davon abweichende Pauschalen.

Letzter kostenloser Stornotermin: 50 Tage vor Anreise

49 Tage bis 22 Tage vor Anreise: 20% des Reisepreises

21 Tage bis 15 Tage vor Anreise: 30% des Reisepreises

14 Tage bis 7 Tage vor Anreise: 50% des Reisepreises

ab dem 6. Tage vor Anreise bis zum Tag des Reiseantritts oder bei Nichterscheinen: 80% des Reisepreises

Zahlungsbedingungen

Anzahlung von 100% des lt. Bestätigung gebuchten Kontingents 1 Monat vor Anreise.

Das Seminar ist eine Wanderreise für Menschen mit Typ 2 Diabetes und nur für Teilnehmerrinnen und Teilnehmer mit guter Kondition geeignet.

AG Diabetes, Sport und Bewegung der DDG e.V.

Lönsweg 9, 32479 Hille, Tel.: 05703 / 51 55 835

E-mail: info@diabetes-bewegung.de, Homepage: www.diabetes-bewegung.de



Sei dabei - mach Dich mit uns auf den Weg

MENSCHEN MIT TYP 2 DIABETES AUF DEM FRANZIKUSWEG

8-tägige Diabetes-Erlebniswanderung

03. bis 10. Mai 2025



DAS PROGRAMM DES SEMINARS

1.Tag, 03.05.2025: Anreise nach Sansepolcro

Fahrt mit dem Bus nach Italien, zu Ihrer ersten Unterkunft in Sansepolcro. Übernachtung dort.

2.Tag, 04.05.2025: La Verna - Pieve Santo Stefano

Dauer: 5 Std., Höhenmeter aufwärts: 260 m abwärts: 820 m, Schwierigkeitsgrad: schwer

3.Tag, 05.05.2025: Eremo Montecasale - Monte Spesce

Etappe 1: Dauer: 2,5 Std., Höhenmeter aufwärts: 333 m abwärts: 168 m, Schwierigkeitsgrad: mittel
Etappe 2: Dauer: 3,5 Std., Höhenmeter aufwärts: 408 m abwärts: 381 m, Schwierigkeitsgrad: mittel

4.Tag, 06.05.2025: Chiasciotal - Gubbio

Dauer: 3,5 Std., Höhenmeter aufwärts: 354 m abwärts: 465 m, Schwierigkeitsgrad: schwer

5.Tag, 07.05.2025: Valfabbrica - Assisi

Dauer: 5 Std., Höhenmeter aufwärts: 500 m abwärts: 500 m, Schwierigkeitsgrad: schwer

6.Tag, 08.05.2025: Ausflug Eremo delle Carceri - Kloster San Damiano - Montefalco

7.Tag, 09.05.2025: Freier Tag Assisi

Heute können Sie Assisi auf eigene Faust besichtigen. (Kein Wanderführer mehr für diesen Tag) Übernachtung im Raum Assisi.

8.Tag, 10.05.2025: Heimreise

Heute geht es zurück nach Deutschland.

ZIEL DES SEMINARS

- Aktiv Einfluss auf den Verlauf der Erkrankung nehmen. Mut zur Bewegung finden, in den Alltag integrieren und die eigene Belastbarkeit unter medizinischer Begleitung erfahren. „Sich auf den Weg machen in die Gesundheit“.
- Mit der eigenen Krankheit bewusster umgehen. Sich mit seiner Erkrankung beschäftigen und sich über den Austausch mit anderen Betroffenen erfolgreich motivieren.
- „Spirituelle“ Unterstützung erfahren durch die Wanderung auf dem Pilgerweg in einer anderen Kultur.
- Aufklärung der Öffentlichkeit über das individuell Erreichbare und hierüber andere Betroffene inspirieren.
- Durch eine optimale Vorbereitung Erfolg haben: Wissenschaftliche Beratung der Reise durch die IST Hochschule Düsseldorf und die Deutsche Sporthochschule Köln, Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin, Prof. Dr. Christian Brinkmann.

INHALTE DES SEMINARS

Die Arbeitsgemeinschaft Diabetes, Sport und Bewegung der DDG e.V. wird im Mai 2025 eine achttägige Diabetes-Erlebniswanderung für Menschen mit Typ-2 Diabetes in der Toskana auf dem Franziskusweg durchführen.

Dabei wird die Kombination aus Schulung, individueller Beratung, Sportausübung und sozialem Austausch im Vordergrund stehen. Anhand einer kontinuierlichen Glukosekontrolle mittels CGM, welches während der Reise zur Verfügung gestellt wird, können individuelle Blutzucker-Schwankungen durch die begleitenden Fachleute analysiert und miteinander beraten werden.

8 TAGE € 1.279,-

IM PREIS EINGESCHLOSSEN

- ✓ Fahrt in einem modernen Reisebus ab/bis Mannheim Hbf
- ✓ 7 x Übernachtung mit Halbpension (erweitertes Frühstück & 3-Gang-Menü)
- ✓ individuelles Coaching durch erfahrene Diabetologin/Diabetologen und DiabetesberaterInnen
- ✓ Geführte Wanderungen inkl. Wanderführer lt. Programm
- ✓ Stadtführung in Assisi (ca. 2 Std.)
- ✓ Eintritt Basilika Assisi (ca. 2 Std.)
- ✓ Eintritt Basilika Assisi inkl. Kopfhörer
- ✓ Minibustour inkl. Reiseleitung zum Eremo delle Carceri, Kloster San Damiano und Basilika S. Maria degli Angeli
- ✓ Weinprobe inkl. Imbiss
- ✓ Beitrag zur nachhaltigen Aufforstung

ANMELDUNG

Das Anmeldeformular finden Sie auf unserer Homepage. Änderungen vorbehalten!

GESCHÄFTSSTELLE

AG Diabetes, Sport und Bewegung der DDG e.V.

Lönsweg 9, 32479 Hille, Tel.: 05703 / 5155835, Fax: 05703 / 5155839 Email: info@diabetes-bewegung.de, Homepage: www.diabetes-bewegung.de

Ansprechperson: Dr. Hans-Peter Kempe, Tel. 0172/8888715, Email: kempe@kempe-stemler.de

PREISE

Doppelzimmer pro Person € 1.279,-
Einzelzimmerzuschlag pro Person € 185,-

VORAUSSETZUNG

- Typ-2-Diabetes
- Sehr gute Kondition (teilweise sehr anspruchsvolle Etappen)
- Ärztliches Attest (Checkliste wird zugesandt)

Nicht eingeschlossen:

Persönliche Ausgaben, weitere Mahlzeiten als im Reiseverlauf bzw. den Leistungen beschrieben, Auslandsreisekrankenversicherung, Reiserücktrittskostenversicherung.

Mindestteilnehmendenzahl: 20; zu erreichen bis 28.02.2025

Veranstalter:

Arbeitsgemeinschaft Diabetes, Sport und Bewegung der DDG e. V.
in Kooperation mit der alpetour Touristische GmbH, Starnberg