



# Centro de Terapia Antroposófica

## Reiseinformationen von A-Z

### **Anreise:**

Anreise vom Flughafen ist mit dem Taxi, Fahrtzeit ca. 15 Minuten, Kosten ca. 18,- Euro.  
Einen Abholservice vom Centro gibt es leider nicht, die Taxen haben eine Art Monopolstellung am Flughafen.

### **Abreise:**

Check-Out-Zeit ist um 10.00 Uhr. Ihre Flüge können Sie einen Tag vor Abreise rückbestätigen. Ihre Rechnung ist ebenfalls einen Tag vor Abreise an der Rezeption und im Therapiehaus erhältlich.

### **Allergiker:**

Für Allergiker stehen Encasing-Sets (Matratze, Kopfkissen, Bettdecke) zur Verfügung. Bitte bei Buchung anmelden!

Das Centro ist nicht für alle Allergien geeignet. Weitere Informationen entnehmen Sie bitte dem Informationsblatt für Allergiker.

### **Apartments / Ausstattung:**

Die Zwei-Zimmer-Apartments haben 2 x Einzelbetten im Schlafzimmer, die meisten Apartments verfügen über ein Schlafsofa (für 2 Erwachsene geeignet) im Wohnzimmer. Moskitonetze am Schlafzimmerfenster sind vorhanden. Aircondition oder Ventilatoren sind nicht auf den Zimmern. Im Bad befindet sich eine Badewanne mit Dusche (Ausnahme: die rollstuhlgerechten Apartments!) Die Küchenzeile verfügt über einen 2-Platten-Herd, Kühlschrank, Kaffeekocher, Glaskanne (für z.B. Tee), Toaster, Wasserkocher, Geschirr, Pfannen und Töpfe (kein Backofen). Handtücher, Bettwäsche, Spülbürsten werden von uns gestellt, Strandtücher bitte mitbringen. Bademäntel können gemietet werden (5,-€/Woche), sind in einer Kur aber bereits enthalten.

### **Baden:**

Kann man im Atlantik das ganze Jahr.

Im Centro befinden sich zwei Aussenpools (Süßwasser, einer davon beheizt) und ein therapeutisches Warmwasserbad. Das warme Therapiebad ist kostenpflichtig (Euro 2,50 pro Person/Tag).

Da auf Lanzarote ein ständiger Wind herrscht, ist es - gerade für Kinder - wichtig, die Ohren nach dem Baden zu trocken und zu schützen und/oder Ohrstöpsel kurzzeitig zu benutzen um Ohrenschmerzen zu vermeiden. Aktuelles Wetter auf Lanzarote: über Internet

### **Banken / Geld:**

Banken und Geldautomaten befinden sich in der näheren Umgebung vom Centro.

Sie können hier an jeder Bank mit Ihrer Kredit- oder EC-Karte Geld abheben (gegen Gebühr) und ebenfalls im Centro mit Kredit- oder EC-Karte bezahlen. Ausnahme: American Express.

### **Bioladen:**

Der Bioladen hat täglich (auch am Wochenende) geöffnet: 9.00 - 13.00 Uhr und 17.00 - 19.00 Uhr

Sie haben ebenfalls die Möglichkeit, Waren unseres Bioladens vor Ihrer Anreise per E-Mail zu bestellen.

### **Bücher:**

Urlaubsbücher/Romane/Vorlesebücher gibt es zum ausleihen, ebenso eine Rudolf-Steiner-Bibliothek.

**Bügeleisen:** kann man an der Rezeption ausleihen

**Dialyse:** Es gibt eine Dialysestation in Puerto del Carmen.

**Fahrräder:** in Puerto del Carmen gibt es einen deutschsprachigen Fahrradverleih.

**Finca Lomos Altos:**

unseren Gästen auf der Finca empfehlen wir immer einen Mietwagen! Der Fußweg ist nicht empfehlenswert, da es an einer viel befahrenen Landstraße entlang geht. Eine Busverbindung gibt es ebenso wenig. Die nächste Einkaufsmöglichkeit liegt ca. 25 Minuten Fußmarsch entfernt.

Die Ausstattung auf der Finca ist die Gleiche, wie im Centro (siehe unter A). WLAN gibt es nur im Centro, nicht auf der Finca.

Bettwäsche und Handtücher werden von uns gestellt. Neue Wäsche erhalten Sie von unserer Mitarbeiterin auf der Finca.

1 x Endreinigung. Strandtücher bitte selber mitbringen. Telefonkabine und Waschmaschine (gegen Gebühr) vorhanden.

Frühstück und Abendessen wird nur im Centro serviert, nicht auf der Finca.

Das Centro steht unseren Finca-Gästen selbstverständlich in allen Bereichen zur vollen Verfügung.

**Flüge:**

Kann man in jedem Reisebüro oder direkt bei den Fluggesellschaften im Internet buchen.

Unser Reisebüro-Tipp: Reisebüro „Flug und Mehr“, Telefon: 0049 (0)6341 / 919 563 oder

E-Mail: [info@flugundmehr.com](mailto:info@flugundmehr.com)

**Fön:** ist im Centro und auf der Finca in jeder Wohneinheit vorhanden.

**Haustiere:** Können leider nicht mitkommen. (Ausnahme: Finca)

**Heizung:**

Die Häuser auf Lanzarote haben keine Heizung. In den Wintermonaten von Dezember bis Februar kann es kühl werden (besonders nachts). Unseren Gästen stehen kleine, mobile Heizstrahler zur Verfügung. Auch mehrere Wolldecken stehen gerne zur Verfügung.

**Internet:**

Das Centro verfügt über einen "Hot-Spot", damit können sich unsere Gäste mit ihrem eigenen Laptop kostenfrei in den ADSL-Internetzugang des Centro einwählen. Bitte denken Sie daran, sich auch wieder auszuloggen (wegen Überlastung), damit auch andere Gäste Zugang bekommen können.

Im Gästeraum des Centro stehen 3 Internetcomputer gegen Gebühr zur Verfügung (ca. 5,- Euro pro Stunde).

**Kinder:**

Für unsere ganz kleinen Gäste haben wir Holzgitterbettchen und Hochstühle zur Verfügung. Die Termine für die festen Zeiten der Kinderbetreuung finden Sie auf unserer Webseite:

[www.centro-lanzarote.de](http://www.centro-lanzarote.de)

Die Kinderbetreuung ist für Kinder ab 3 Jahre und findet neben den „festen Zeiten“ (meist in der Ferienzeit) auch bei einer Mindestteilnehmerzahl von 3 Kindern statt. Außerhalb der Kinderbetreuung können Spiele, etc. ausgeliehen werden. Buggys haben wir nicht im Verleih.

**Kleidung:**

Von April bis Oktober tagsüber leichte Sommerkleidung. Abends genügt ein leichter Pullover oder eine Sommerjacke. In den Monaten November bis März benötigt man auch tagsüber einen Pullover, für den Abend eine warme Jacke und dickeren Pullover und warme Socken für das Apartment (kein Teppichboden - nur Fliesen). Wer wandern möchte, nimmt festes Schuhwerk und eine Windjacke mit.

**Krankenkassen / Beihilfe:**

Die Kostenübernahme für die ärztlichen und therapeutischen Maßnahmen ist bei den Kostenträgern sehr unterschiedlich; das Spektrum reicht von vollständiger Kostenübernahme ganzer Kuren bis hin zu sehr geringer oder gar keiner Leistungsübernahme. Bitte fragen Sie vor Anreise bei Ihrer Krankenkasse / Beihilfestelle nach!

**Mietwagen:**

Wir können Ihnen einen Mietwagen vermitteln. Information und Vorbestellung an unserer Rezeption  
Tel: (0034) 928 512842

Der Mietwagen wird direkt beim Autovermieter bezahlt, in bar oder per Kreditkarte. Führerschein nicht vergessen!

**Parkplätze:**

befinden sich direkt vor dem Centro, Parkmöglichkeiten im Ort gibt es ebenso.

**Pflegepersonal:**

Pflegepersonal kann, wenn benötigt, von uns vermittelt werden. Information und Anmeldung bei unserer Sprechstunde Tel: (0034) 928 515955

**Rauchen:**

Nichtraucherzimmer. Das Rauchen ist nur in der Außenanlage und auf den Terrassen möglich.

**Reinigung:**

Centro: 3x wöchentlich Zwischenreinigung und 1x Endreinigung,

Finca: 1x Endreinigung, keine Zwischenreinigungen.

**Reiserücktritts-Versicherung:**

können Sie nicht über uns, sondern nur über ein Reisebüro oder über Internet über einen Direktversicherer (z.B. ADAC) abschließen!

**Restaurant:**

In unserem Restaurant bieten wir Ihnen eine kanarische Küche, mit möglichst vielen Produkten von den hiesigen Bauern. Eine rein biologische oder biodynamische Verpflegung ist dieses aber keinesfalls.

Sie können zu Ihrer Reservierung Frühstück (Euro 12,50 p.P./Tag) oder Halbpension (Euro 29,- p.P./Tag) dazu buchen (mindestens 7 Tage am Stück), auch vor Ort ist dies noch möglich.

Wenn Sie von Tag zu Tag entscheiden möchten, bezahlen Sie direkt im Restaurant:

Frühstück: Euro 12,50 pro Person/Tag (von 08.00 – 10.30 Uhr)

Abendessen: Euro 24,- pro Person/Tag (von 18.00 – 20.30)

Vollpension bieten wir nicht an, es gibt aber eine Mittagskarte von 12.00 – 15.00 Uhr mit täglich wechselnden Gerichten, die Sie direkt im Restaurant bezahlen.

Von 15.00 – 17.00 Uhr macht das Restaurant täglich eine kurze Pause.

„Dresscode“: für das Restaurant oder abends reichen Shorts, Bermudas und ein entsprechendes Oberteil.

**Rollstuhlfahrer:**

Für Gäste mit einer Gehbehinderung verfügen wir über ein rollstuhlgerechtes Apartment. Das Apartment liegt Parterre und hat eine befahrbare Dusche, ein unterfahrbares Waschbecken, erhöhte Toilette, zusätzliche Griffe, etc. Die Innenanlage und alle Einrichtungen des Centro sind barrierefrei erreichbar.

Hilfsmittelverleih für Gäste mit einem Handicap, bei Bedarf möglich (kostenpflichtiger Service einer Fremdfirma. Bitte vor Anreise unbedingt anmelden)

**Ruhezeiten:**

Durch den medizinisch-therapeutischen Bereich haben wir Ruhezeiten. (13.00 - 15.00 Uhr und abends ab 22.00 Uhr). Für ein entspanntes und erholsames Miteinander haben wir ein paar wenige Regeln im "Centro-Knigge" zusammengefasst.

**Safe:** befindet sich im Zimmer, kann gegen Gebühr gemietet werden.

**Spielsachen:** können ausserhalb der Kinderbetreuungszeiten ausgeliehen werden.

**Strand:**

Nach etwa 10 Gehminuten (bergab) vom Centro erreichen Sie den goldgelben, kilometerlangen und kinderfreundlichen Sandstrand von Puerto del Carmen. Durch die geschützte Lage des Strandes gibt es

keine starken Strömungen und nur selten hohe Wellen, so dass man ganzjährig im Meer baden kann. (Im Winter beträgt die Durchschnitts-Temperatur vom Meer ca. 18 Grad!)

**Strom:** wir haben normale Schuko-Steckdosen (wie in Deutschland).

**Telefonieren:**

Unsere Apartments haben kein Telefon im Zimmer. Telefonieren können Sie von der Kabine in der Rezeption. Dort können Sie auch nach vereinbarten Uhrzeiten angerufen werden unter der Nummer: 0034 928 514 889

Bitte beachten Sie bei Uhrzeitabsprachen, dass wir auf Lanzarote 1 Stunde zurück / hinter deutscher Zeit sind!

**Therapien:**

wenn möglich, buchen Sie Ihre Therapien bereits im voraus, damit es vor Ort nicht zu Engpässen kommt! Dies geht per E-Mail unter: [therapeutikum@centro-lanzarote.de](mailto:therapeutikum@centro-lanzarote.de) oder telefonisch unter: 0034 928 516 955

**Wanderungen:**

bieten wir 2 x in der Woche an. Eine Vorabanmeldung ist nicht möglich, bitte erst vor Ort in die Liste an der Rezeption eintragen.

**Waschmaschine:**

Waschmaschine und Trockner gegen Gebühr im Centro und auf der Finca (je 3,- Euro pro Wasch- oder Trockengang)

**Währung:** Euro

**Wäsche:**

Bettwäsche und Handtücher im Apartment stellen wir. Handtücher für Strand und Pool bringen Sie bitte selbst mit. Bademäntel gegen Leihgebühr.

**Zahlungsmittel:**

Das Centro akzeptiert die gängigen Kreditkarten (VISA, Master oder Eurocard) außer American Express.

**Zeitzone:** Im Vergleich zur MEZ müssen Sie Ihre Uhr um eine Stunde zurückstellen.

## **Preisliste für zusätzliche Leistungen** Stand 01.01.2015

Safe	1,50 € / pro Tag
Telefon Centro	0,15 € / je Einheit
Telefon Finca	0,15 € / je Minute national 0,60 € / je Minute international
Fax	1,00 € / pro Seite
Therapiebad	2,50 € / pro Tag 15,00 € / Wochenkarte
Therapiebad externe Gäste	3,00 € / pro Tag 18,00 € / Wochenkarte
Bademantel	5,00 € / für die Dauer des Aufenthaltes
Nutzung Internet-Computer	5,00 € oder 10,00 € - Karte (4,80 € / je Std.)
W-LAN	frei
Osmose-Wasser	1,20 € / pro Tag / pro Person
Fotokopien	0,15 € / je DIN-A4-Blatt (je Seite)
Landkarte	1,80 € / pro Stk.
Broschüren	ab 4,00 € / pro Stk
Waschmaschine	3,00 € / pro Maschinenfüllung

Wäschetrockner	3,00 € / pro Maschinenfüllung
Kinderbetreuung (ab 3 Kindern)	10,00 € / pro Kind / pro Tag 35,00 € / pro Woche / pro Kind 60,00 € / zwei Wochen / pro Kind
Babysitting	10,00 € / je Std. (nur nach Terminvereinbarung)
Gruppeneurythmie	8,00 € / pro Person
Malen mit Pflanzenfarben	30,00 € / pro Person
Offenes Malatelier	25,00 € / pro Erwachsener 12,50 € / pro Kind
Malen in der Vulkanlandschaft	25,00 € / pro Erwachsener 12,50 € / pro Kind
Malen mit Cochinillia-Farben	15,00 € / pro Erwachsener 10,00 € / pro Kind
Tages-Wanderung am Donnerstag	35,00 € / pro Erwachsener bei Abholung 29,00 € / pro Erwachsener bei eigener Anfahrt 17,50 € / pro Kind bis einschließlich 12 Jahre
Insel-Spaziergang am Samstag	32,00 € / pro Erwachsener bei Abholung 26,00 € / pro Erwachsener bei eigener Anreise 16,00 € / pro Kind bis einschließlich 12 Jahre
Ausflug zur Milchstraße	8,00 € / pro Erwachsener 4,00 € / pro Kind
Vorträge	5,00 € / pro Person
Besondere Veranstaltungen	10,00 € / pro Person
Gesprächsarbeit am Mittwoch	freiwilliger Beitrag
Folklore Abend	freiwilliger Beitrag
Sonntagsfeier	freiwilliger Beitrag
Chorsingen	freiwilliger Beitrag
Spaziergang auf der Finca	freiwilliger Beitrag/Spende für die Landwirtschaft
Sonntagsgespräch	frei
Inseleinführung	frei
Therapien, Seminare, etc.	siehe separate Preislisten, bzw. Seminarbeschreibung