



Spuren finden – der Weg zu sich selbst

MARHABA! HERZLICH WILLKOMMEN

Die Wüste von Marokko ist mehr als man sich nur vorstellen kann. Die Wüste strahlt eine Magie aus, die uns eins werden lässt. Sie lädt uns ein, uns mit jedem Schritt, den wir gehen, uns selbst näher zu kommen. Zeitlosigkeit und Ruhe stellen sich ein.

Spuren finden – der Weg zu sich selbst



Auf dieser Reise begleite ich Sie mit Achtsamkeit und Einfühlungsvermögen.

Gemeinsam lassen wir uns auf Erfahrungen ein, wie:

- Die Zeit neu entdecken
- Zeit für sich zu haben
- Zeitlosigkeit spüren
- Zu sich finden
- Stille und Ruhe erleben
- Neue Perspektiven entdecken
- Dem Wesentlichen im Leben näher zu kommen

Während der Reise werden wir durch verschiedene Anwendungen wie Focusing, Achtsamkeit und Meditation unser Bewusstsein erweitern. Dies gibt uns die Möglichkeit, mehr im Hier und Jetzt zu sein.

Seit vielen Jahren begleite ich Personen in meiner Praxis oder in der Ausbildung zum/zur psychosozialen Berater/in mit dem personenzentrierten Ansatz vom Carl R. Rogers. Die täglichen Begegnungen mit den Menschen bereichern und inspirieren mich auf allen Ebenen.

*«Die Tür zu Erfahrung lässt sich nur von innen öffnen.»
Carl R. Rogers*

Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme!

Christopher Zollinger
Delsolar Reisen AG

Carmen Kaiser
Institut für Psychosoziale Bildung PSB-Kaiser

Reiseprogramm

1. Tag: Bonjour le Maroc. Transfer zum Hotel in der Medina von Marrakesch. Übernachtung mit Frühstück in einem einfachen und sympathischen Riad in der Altstadt von Marrakesch. Nach dem Ankommen geniessen wir gemeinsam das Abendessen.

2. Tag: Fahrt in den Süden in die Wüste. Früh am Morgen brechen wir von Marrakesch in Richtung Süden auf. Fahrt im Minibus oder Land Rover über den eindrucksvollen Tizi n' Ticka-Pass (2260m). Wir lassen Marrakesch hinter uns, die Landschaft öffnet sich und gibt den Blick frei auf die Bergketten des Hohen Atlas. Vorbei an Dörfern und Terrassenfeldern erreichen wir den Passübergang, fahren weiter, der Sahara entgegen. Die Täler werden breiter, nach Ouarzazate fahren wir weiter südwärts über den Tizi n Tinift (1680m) ins fruchtbare Drâa-Tal mit seinen alten Kasbahs, Dörfern, Palmen und Oasen. Nach Zagora erblicken wir die ersten Dünen und fahren zur Oase von M'Hamid. Einer Fata Morgana gleich treffen wir auf unser Begleitteam und richten das erste Camp am Ausgang des Palmenhains ein. Übernachtung im Camp. Rund 9 Std. Fahrzeit. (F/M/A).

3. bis 6. Tag: Mit achtsamen Schritten, lassen wir uns in das Erleben der Wüstenwelt ein. Wir lassen die besiedelten Gebiete hinter uns und wandern in die unendlich erscheinende Weite der Sahara. Unser Gepäck wird auf Lastkamele verladen. Die folgenden Tage brauchen wir nur mehr unsere Tagesrucksäcke zu tragen. Wir ziehen als Karawane mit Dromedaren und den Berbern durch die Weite der Wüste. Wir fassen Schritt für Schritt achtsam Fuss und schlagen in den Dünen unsere Zelte für die Wüstennacht auf. Sonnenuntergang im Sandmeer und Übernachtung unter dem eindrucksvollen Sternenhimmel im Orient. Nach einem feinen Frühstück draussen packen wir unsere Siebensachen zusammen und gehen Richtung Nordwesten in die Landschaft hinein. Eine Bergkette und der Sonnenstand dienen uns zur Orientierung, wir tauchen langsam ein in eine andere Zeit- und Raumdimension, bestimmt durch den Tag-/Nachtrhythmus, die regelmässigen Pausen und Mahlzeiten, sowie das Gehen in der Weite. Wir entdecken die unterschiedlichen Gesichter der Wüste. Am Horizont erheben sich grosse Dünen, weich geschwungene Linien, vom Wind geformt. Wir verweilen in der Dünenlandschaft, erklimmen die Kante der grossen Düne, geniessen die Aussicht über ein endlos scheinendes Sandmeer. Die Spuren der Käfer, das Wogen des Wüstengrases sowie die vom Wind gestalteten Sandoberflächen beeindruckt durch ihre filigrane Feinheit. Unsere Tagesetappen unterbrechen wir nach Bedarf mit Pausen. Dabei verwöhnen uns die Begleiter mit köstlichen Spezialitäten, Thé à la Menthe oder im Sand gebackenem Brot. Wir geniessen und nehmen uns Zeit, die Umgebung zu erkunden und uns mit der Natur zu verbinden und praktizieren Meditation und Achtsamkeit. Am Abend verabschiedet sich der Tag mit dem weichen Licht der untergehenden Sonne über den Dünen. Wir geniessen ein liebevoll zubereitetes und einladend dekoriertes Abendessen. Der Sternenhimmel lädt uns ein, die Unendlichkeit zu erfahren. Schlafen im Zelt oder im Freien in der Wüste. 3 bis 5 Stunden Wanderung bei unterschiedlicher Bodenbeschaffenheit. (F/M/A).

7. Tag: Verträumte Oasen und "Rote Stadt". Am frühen Morgen verabschieden wir uns von unseren Begleitern und ihren Tieren. Viele kleine, verträumte Oasen säumen nun unseren Weg über Foum Zguid zum Hohen Atlas. Noch erscheint uns das Sitzen im Land Rover, die schon fast vergessene Schnelligkeit der vorbeiziehenden Bilder ungewohnt. Wir lassen die Wüste zurück. Nach dieser abwechslungsreichen Fahrt erreichen wir gegen Abend Marrakech. Übernachtung in charmantem Riad in der Altstadt. 2 Stunden Fahrt im Land Rover, rund 6-7 Stunden im Minibus. (F/M/-).

8. Tag: Au revoir le Maroc. Vielleicht ergeht es Dir wie mir nach der Reise in der Wüste - eine unvergessliche Erfahrung, die in mir Spuren hinterlässt und in einer magischen Art etwas verändert hat. Transfer zum Flughafen von Marrakech. Rückflug oder Reiseverlängerung. (F/-/-).

Reiseverlängerung

Auf Wunsch kann die Reise individuell verlängert werden.

Legende: (F/M/A) Mahlzeiten: Frühstück (F) / Mittagessen (M) / Abendessen (A)

Reisedatum

15. – 22. November 2025

Prozess-Reise, 15. – 22. November 2025

Reisepreis pro Person

Fr. 1'620.- (bei mind. 8 Teilnehmer/innen), Inbegriffene Leistungen:

- Flug, Flughafentaxen und Gebühren, 23kg Freigepäck
- 8-tägige Gruppenreise gemäss Programm
- Unterbringung im geteilten Doppelzimmer/-zelt
- Inhaltliche Begleitung und Leitung durch Carmen Kaiser oder einer qualifizierten Stellvertreterin (bei Ausfall von Carmen Kaiser)
- Führung und Betreuung durch einen erfahrenen einheimischen Trekkingführer
- Erfahrener Trekkingkoch
- Lokales Begleitteam
- Küchen- und Campingmaterial für die Trekkingtour
- Gepäcktransport mit Lastdromedaren während der Trekkingtour
- Auf der gesamten Tour Vollpension, ausgenommen in Marrakech nur Frühstück
- Alle Transfers gemäss Programm
- Reiseinformationen

Minimum 4, max. 10 Personen

Kleingruppenzuschlag bei 4 bis 5 Personen: Fr. 390.-, bei 6 bis 7 Personen Fr. 200.-.

Flugzuschlag je nach Flugpreis zum Zeitpunkt der Buchung.

Vorgesehener Flugplan:

15.11.25., Zürich – Marrakech, 15:10 – 18:40 Uhr

22.11.25., Marrakech – Zürich, 19:30 – 22:45 Uhr

Flugplanänderungen bleiben vorbehalten.

Optionale Leistungen:

- Einzelzimmer-, Einzelzeltzuschlag: Fr. 120.-
- Eigenes Reitdromedar: Fr. 120.-
- Miete Schlafsack: Fr. 25.-
- Annullationskosten- und SOS-Versicherung: Diese Versicherung übernimmt die meisten Kosten bei Nichtantreten infolge Krankheit, Unfall, Todesfall bzw. entschädigt auch bei frühzeitigem Reiseabbruch und übernimmt allfällige Heimreisekosten. Eine Jahresversicherung kostet Fr. 155.-, sie ist ein Jahr gültig, deckt weitere Ereignisse und Reisen während eines Jahres und muss 3 Monate vor Ablauf gekündigt werden, falls sie nicht mehr gewünscht wird.

Eine individuelle Vor- oder Nachverlängerung (z.B. in Marrakech, am Strand oder sonst wo im Land) ist möglich und sollte zum Buchungszeitpunkt geklärt werden.

Inhaltliche Beratung:

Carmen Kaiser, 076 535 26 26 oder info@praxis-carmenkaiser.ch

Reiseberatung und Buchung:

Christoph Zollinger, Delsolar Reisen AG, 044 262 55 11 oder travel@delsolar.ch