

14-tägiges Pilot-Reiseprogramm zu den Tupi-Guarani

Herzlich willkommen zur **ersten organisierten Reise zu den Tupi-Guarani** – einer einzigartigen Gelegenheit, die Kultur, Traditionen und Spiritualität dieses besonderen indigenen Volkes hautnah zu erleben. Da es sich um eine Pilot-Reise handelt, betreten wir gemeinsam neues Terrain, sowohl für mich als Organisator als auch für die Tupi-Guarani, die zum ersten Mal ihre Türen für eine solche Erfahrung öffnen.

Ich möchte dich darauf hinweisen, dass bei dieser Premiere nicht alles von Anfang an reibungslos laufen wird. Lass uns gemeinsam diese aussergewöhnliche Reise gestalten und geniessen – eine Reise, die Herz, Geist und Seele berührt und uns mit der tiefen Weisheit der Tupi-Guarani verbindet.

Mahlzeiten sind in grüner Schrift

Tag 1: Samstag, 29.3.25	Individuelle Anreise nach Sao Paulo und Transfer zum Hotel Treffpunkt: 18:00 Uhr im Foyer des Hotels Luz Plaza. Abendessen: Gemeinsam in einer <u>Churrascaria</u>. Nicht inklusiv. Abend: <u>Konzertbesuch in der Sala São Paulo (optional).</u>
Tag 2: Sonntag, 30.3.25	São Paulo – Kultur und Gastronomie Frühstück: Individuell im Hotel Vormittag: Besuch des historischen Zentrums von São Paulo. Mittagessen: Gemeinsam im Mercado Municipal. Nicht inklusiv. Nachmittag: <i>Zeit zur freien Verfügung an der Avenida Paulista.</i> Abend: Ausflug ins Viertel Republica, Galeria Metrôpol (indigenes Kunsthandwerk) Nachtessen: Gemeinsam im Restaurant Cachaçaria do Rancho mit Livemusik. Nicht inklusiv.
Tag 3: Montag, 31.3.25	São Paulo nach Boracéia Frühstück: Individuell im Hotel Vormittag: 10:30 Uhr Transfer von São Paulo nach Boracéia (ca. 3-4 Stunden Fahrt). Mittagessen: Gemeinsam in der <u>Pousada Rota do Sol</u>. Nicht inklusiv. Nachmittag: Kleine Wanderung im Regenwald, <u>Bademöglichkeit in einem hübschen, kleinen See</u> (Gehzeit: etwa eine Stunde). Ankunft im Hotel und Check-in. Zeit zur freien Verfügung. Nachtessen: Gemeinsam im Restaurant. Nicht inklusiv. Abend: Einführung in die geplanten Aktivitäten.

Tag 4:
Dienstag, 1.4.25

Lockerer Tag; Vortrag und individuelles Einführungsgespräch

Frühstück: Individuell im Hotel

Vormittag: Vortrag zu Ayahuasca, den Tupi-Guarani und zum Ablauf der Zeremonie.

Mittagessen: Individuell

Nachmittag: Individuelles Einführungsgespräch: Klärung persönlicher Ziele, Erwartungen, Ängste und Fragen.

Nachtessen: Individuell

Abend: Abend zur freien Verfügung.

Tag 5:
Mittwoch, 2.4.25

Erste Ayahuasca-Zeremonie

Frühstück: Individuell im Hotel

Vormittag: 10:00 Uhr Fahrt zum Tupi-Guarani-Reservat (ca. 25 Minuten).
Willkommens-Zeremonie durch die Tupi-Guarani Gemeinschaft.

Mittagessen: In der Gemeinschaft der Tupi-Guarani. Inklusiv!
Erwarten Sie kein riesiges Menu!

Nachmittag: Wanderung durch den Atlantik-Regenwald, Besuch eines Wasserfalls im Reservat (Gehzeit: etwa eine Stunde).

Nachtessen: Vor der Zeremonie gibt es eine einfache Suppe.

Abend: Vorbereitung und Teilnahme an der Ayahuasca-Zeremonie von Sonnenuntergang bis Sonnenaufgang.

Zwischenverpflegung: Bananen und andere Früchte als Zwischenmahlzeit liegen bereit. Inklusiv!

Tag 6:
Donnerstag, 3.4.25

Reflexion und Naturerkundung

Frühstück: Unmittelbar nach der Zeremonie im Reservat der Tupi-Guarani.

Vormittag: Rückfahrt nach Boracéia (ca. 25 Minuten).
Zeit zur Erholung.

Mittagessen: Individuell

Nachmittag: Persönliches Reflexionsgespräch über die Einsichten in der ersten Zeremonie.
17:00 Uhr, Austausch der Erfahrungen in der Gruppe.

Nachtessen: Individuell

Abend: Abend zur freien Verfügung.

- Tag 7:
Freitag, 4.4.25
- Strand und Entspannung**
- Frühstück:** Individuell im Hotel
- Vormittag:** Entspannung
- Mittagessen:** Individuell
- Nachmittag:** Ausflug nach São Sebastião.
Bootsausflug entlang der Küste (optional). Mit Glück sehen wir Wale und Delphine.
- Nachtessen:** Individuell
- Abend:** Abend zur freien Verfügung.
-
- Tag 8:
Samstag, 5.4.25
- Zweite Ayahuasca-Zeremonie**
- Frühstück:** Individuell im Hotel
- Vormittag:** Zeit zur freien Verfügung. Evtl. Yoga oder QiGong.
- Mittagessen:** Individuell
- Nachmittag:** Fahrt zum Reservat (ca. 25 Minuten).
- Nachtessen:** Vor der Zeremonie gibt es eine einfache Suppe.
- Abend:** Vorbereitung und Teilnahme an der zweiten Ayahuasca-Zeremonie.
- Zwischenverpflegung:** Bananen und andere Früchte als Zwischenmahlzeit liegen bereit. Inklusiv!
-
- Tag 9:
Sonntag, 6.4.25
- Reflexion und Strandbesuch**
- Frühstück:** Unmittelbar nach der Zeremonie im Reservat der Tupi-Guarani. Inklusiv!
- Vormittag:** Rückfahrt nach Boracéia (ca. 25 Minuten).
Zeit zur Erholung.
- Mittagessen:** Individuell
- Nachmittag:** Persönliches Reflexionsgespräch über die Einsichten in der ersten Zeremonie.
17:00 Uhr, Austausch der Erfahrungen in der Gruppe.
- Nachtessen:** Individuell
- Abend:** Abend zur freien Verfügung.
-
- Tag 10:
Montag, 7.4.25
- Freizeit auf der Insel Ilhabela**
- Frühstück:** Individuell im Hotel
- Ganztägig:** Zeit zur freien Verfügung für eigene Erkundungen oder weitere Aktivitäten, z. B. Schnorcheln, Kajakfahren oder eine Wanderung.
- Verpflegung:** Individuell

Tag 11:
Dienstag, 8.4.25

Dritte Ayahuasca-Zeremonie

Frühstück: Individuell im Hotel

Vormittag: Zeit zur freien Verfügung. Evtl. Yoga oder QiGong.

Mittagessen: Individuell

Nachmittag: 15:00 Uhr Fahrt zum Reservat, Besuch eines nahegelegenen Strandes in der Umgebung des Reservats.

Nachtessen: Vor der Zeremonie gibt es eine einfache Suppe.

Abend: Vorbereitung und Teilnahme an der dritten Ayahuasca-Zeremonie.

Zwischenverpflegung: Bananen und andere Früchte als Zwischenmahlzeit liegen bereit. Inklusiv!

Tag 12:
Mittwoch, 9.4.25

Abschluss und Rückkehr nach Boracéia

Frühstück: Unmittelbar nach der Zeremonie im Reservat der Tupi-Guarani. Inklusiv!

Vormittag: Zeit im Reservat für Abschied von der Gemeinschaft; Sie bekommen die Möglichkeit Kunsthandwerk der Tupi-Guarani einzukaufen. Der Erlös geht direkt zu den Hersteller-Familien und sind die wichtigste Einnahmequelle der Indigenen.

Mittagessen: Gemeinsames Mittagessen mit den Tupi-Guarani mit ihren lokalen Spezialitäten. Inklusiv!

Nachmittag: Rückfahrt nach Boracéia. Reflexionsgespräche über die Erfahrungen der dritten Zeremonie.
17:00 Uhr, Austausch der Erfahrungen in der Gruppe.

Nachtessen: Gemeinsames Essen in einem Restaurant. Nicht inklusiv.

Abend: Abend zur freien Verfügung.

Tag 13:
Donnerstag, 10.4.25

Rückfahrt nach São Paulo

Frühstück: Individuell im Hotel

Vormittag: 09:00 Uhr Rückfahrt nach São Paulo zum Hotel Luz Plaza. (ca. 3-4 Stunden Fahrt).

Mittagessen: Gemeinsam in einer Autobahn-Raststätte. Nicht inklusiv.

Nachmittag: Ankunft, Zeit für letzte Einkäufe oder Besichtigungen.

Abendessen: Abschiedsabend in einem traditionellen Churrascaria-Restaurant. Nicht inklusiv.

Tag 14:

Freitag, 11.4.25

Abreise ab Sao Paulo

Frühstück: Individuell im Hotel

Vormittag: Zeit zur freien Verfügung.

Mittagessen: 12:00 Uhr letztes gemeinsames Essen. Nicht inklusiv.

Nachmittag: 13:00 Uhr Verabschiedung

Bei den Transfers vom Flughafen in Sao Paulo zum Hotel Luz Plaza kann ich dir gerne behilflich sein.