



Men & Women Retreat

6 t/m 9 oktober 2023

ONTDEK DE WERELD VAN ONTSPANNING

Een stapje terug doen, even vertragen en volledig herladen op de top van Europa. Back to your ROOTZI! in het hart van de alpen.
Een lifetime experience

DE LOCATIE

Tijdens deze retreat verblijf je in de Zwitserse Alpen in het Berner Oberland en overnacht je in een prachtige moderne luxe Chalet nabij Grindelwald. Even helemaal weg van het dagelijkse leven en omringd zijn door de elementen van de natuur. Berner Oberland met haar hoogtes, gletsjers met eeuwige sneeuw, uitgestrekte dalen, prachtige watervallen, mooie bergmeren benemen af en toe jou de adem. Het is een avontuur waar jij naar op zoek bent...

HET BERNER OBERLAND

Op het dak van Europa

Dit staat op jouw bucket-list wandelen op het dak van Europa. In Zwitserland is het eindeloos genieten van adembenemende uitzichten, indrukwekkende berglandschappen, ongerepte natuur en prachtige meren en berghutten op hoogte in de top van de bergen.

Explore de First Cliff Walk

Je bent omgeven door de drie "Reuzen" zoals de Eiger, Mönch en Jungfrau in de omgeving van Grindelwald. Hier raak je als beginnende hiker en avonturier nooit uitgewandeld met maar liefs 300 kilometer aan wandelpaden! Trek je bergschoenen aan en ga er met ons op uit. Bezoek de First Cliff Walk met haar uitkijkplateau 45 meter boven de grond. Daar moet je zijn geweest!

Luxe chalet & berghutten

Tijdens jouw retreat overnacht je in een moderne luxe Chalet en van daaruit wandel je van berghut naar berghut op 2861 meter hoogte. Het uitzicht is er fenomenaal te noemen.

Wandelen met je hoofd in de wolken

Het is op en top genieten in de natuur om daar je hoofd leeg te maken en even los te komen van al jouw verantwoordelijkheden. Een plek waar jij je stresslevel omlaag brengt, je energie weer laat stromen en echt vrijheid ervaart.

De locatie is gemakkelijk bereikbaar met de auto en met de trein kun je er met gemak komen

(873 km vanaf Utrecht).



It's time to be ... yourself!

ONS PROGRAMMA

Vrijdag 6 oktober 2023

Vandaag begint jouw Men's Retreat richting de Zwitserse Alpen. Je koffer is gepakt en je bent voorbereid op dé tocht door de bergen om los te komen van alle dagelijks bezigheden. De afgelopen periode heb je hard gewerkt en nu is het tijd om de hoogte op te zoeken om jouw avontuur te gaan beleven. Bij aankomst verwelkomt ons team jou met een hapje & drankje en ontmoet je de mede avonturiers. In de avond staat er een huisgemaakt diner voor je klaar, vers bereid, gezond en boordevol energie. Vroeg onder de wol en bijtijds op om de eerste klim in de bergen te gaan ervaren!

Zaterdag 7 oktober 2023

First Cliff Walk

Na een stevig ontbijt bereiden wij ons voor op onze wandeltocht. Vanuit het bergstation neem je de gondel van Grindelwald naar de First, de tocht met de gondel duurt ongeveer 25 minuten. Daar waag je je op de First met haar fenomenale uitzichten. Het is een loopbrug die aan de zijkant van een bergwand is gemonteerd op 2.000 meter hoogte, mooi en indrukwekkend. Nu maar hopen dat je geen hoogtevrees hebt.

Hike naar Faulhorn

Vanaf de First maak je een wandeltocht iets naar beneden richting de Bachsalsee door het volgen van de aangegeven pijlen. Een echte must-see als je toch al boven bent. Het is een wandeltocht met prachtige uitzichten op het bergmeer en de silhouetten van de Eiger, Mönch en Jungfrau. Een grandioos bergdecor begeleidt je tijdens de hele tocht. We verlengen hier onze wandeltocht naar de Faulhorn Bergtop. Onderweg stoppen wij om even te pauzeren en iets te eten. Met aangevulde energiereserves bereik je uiteindelijk via een pad over de bergkam de Faulhorn bergtop, dit is een pittige klim. Het panoramische uitzicht vanaf de Faulhorn is onbeschrijflijk. Hier heb je niet alleen een zicht op de sneeuwtoppen, maar ook op de meer dan 2.000 meter lager gelegen Brienzensee.

Afdaling naar Bussalp / Grindelwald

Vanaf Faulhorn dalen we verder af naar tot in het pittoreske Bussalp en vanaf daar vertrekken we met een bus terug naar Grindelwald. Na de hike, waar we hebben genoten van de mooie uitzichten gaan we lekker dineren bij een traditioneel Zwitsers restaurant.



Zondag 8 oktober 2023

Adventure package

Vandaag gaan we naar het bergstation Grindelwald naar de First en daar start jij aan jouw ADVENTURE DAY. Ga hier echt vrijheid ervaren en beleef een spectaculaire gevoel in de hoge bergen. Wie durft? Kies je voor de First Glider of voor de First Flyer. Na dit avontuur gaan we lunchen om vervolgens met de Mountain Cart over bergpaden naar beneden richting het dal tot aan Bort te eindigen.

FIRST GLIDER (keuze A)

Vliegen als een roofvogel kan opwindend zijn. Maak een luchtige reis met de First Glider met vier andere "gasten" die zweven met hun gezicht naar beneden door de berglucht en genieten van het panorama en de snelheid. Vlieg omlaag met een snelheid van 83 kilometer per uur over een 800 meter lange route.

FIRST FLYER (keuze B)

Lucht, niets anders dan lucht - omhoog, omlaag, rechts en links. Op de First Flyer is de vrijheid grenzeloos en ligt het tempo hoog. Optimaal gezekerd in een stevig harnas racen vier personen met een topsnelheid van 84 km/u over de 800 meter lange staalkabel van First naar Schreckfeld. Op sommige plaatsen zweef je zo'n 50 meter boven de alpenweiden.

FIRST MOUNTAIN CART

Met de Mountain Cart ga je de berg af tot aan het dal bij Bort. Dit zeiden de uitvinders van de bergcar: een kruising tussen een skelter en een slee. Hij komt op bijna elk terrein de berg af en is veilig en comfortabel. Het zwaartepunt ligt laag, de wielen staan ver uit elkaar en hydraulische remmen zorgen ervoor dat je op lange afstanden de snelheid onder controle hebt. Dat is ook het geval op de drie kilometer lange natuurweg van Schreckfeld naar Bort.

De dag sluiten we af met een winter BBQ in Chalet Cavre.

Maandag 9 oktober 2023

Na het ontbijt sluiten we relaxed af, genieten we na om daarna vol inspiratie & ademruimte huiswaarts te keren.



FOOD & DRINKS

Dagelijks worden er heerlijke en gezonde maaltijden bereid. Een vers kopje koffie bij de lunch of een biertje in de avond mag daar natuurlijk niet aan ontbreken.

Genieten staat tijdens het men's retreat centraal!

HAPPY MOMENTS

- **Een winterse BBQ mag in deze retreat niet ontbreken**





INFO & PRIJZEN

Prijs per persoon 6 t/m 9 oktober 2023

Type A: Luxe gedeelde drie-persoonskamer, gedeelde badkamer € 845,-

Type B: Luxe gedeelde twee-tweepersoonskamer, gedeelde badkamer € 899,-

Bovenstaande prijzen zijn per persoon, All Inclusive. Consumpties & foodies buiten het verblijf zijn voor eigen rekening met uitzondering van het heerlijke eten en drinken in Chalet Cavre.

BOEKEN & BETALEN

Je kunt boeken via onze website: www.rootz.info/mens-retreat/.

Bij je boeking geldt een aanbetaling van € 250,-
Je ontvangt daarna een aparte mail voor de restbetaling, deze dient uiterlijk 8 weken voor
aanvang van de retreat te zijn voldaan. Het is ook mogelijk om het totaalbedrag ineens te
voldoen. Restitutie is niet mogelijk.

**This must be on your bucketlist...
come and enjoy!**

REIS-SPECIFICATIES

Groepsgrootte Minimaal 8 en maximaal 15 deelnemers.

Data 2023:

6 - 9 oktober 2023

20 - 23 oktober 2023

Inclusief

- * 3x overnachting in een luxe moderne Chalet
- * 3x ontbijt
- * 2x lunch
- * 1x homemade diner
- * 1x outside diner in een Zwitsers restaurant
- * 1x winter BBQ
- * 2x yoga & meditatie
- * 1x hike: First Cliff Walk - Bachsalsee - Faulhorn - Bussalp
- * 1x adventure package (First Glider of First Flyer, Mountain Cart)
- * 2x toegang gondellift Bergstation First

Alle maaltijden en diverse tussendoortjes zijn inbegrepen. Thee en water de hele dag, koffie en een biertje in de middag. Linnengoed en handdoeken. Alle drankjes en foodies buiten onze Chalet zijn voor eigen rekening.

Exclusief

- * Annulerings- en reisverzekering
- * Autohuur en vervoer
- * Wandeluitrusting

Ons team

Organisatie - Mirjam Dreijer

Begeleider - Monique Goemans

Kok/Begeleider - Niels Dreijer

Aankomst en vertrektijd

Wij ontmoeten jou graag vrijdag 6 oktober 2023 om 18.00 uur bij Chalet Cavre nabij Grindelwald en ons programma eindigt op maandag 9 oktober 2023 om 09.30 uur.



GA JE MEE NAAR ZWITERSLAND?

Aanmelden?

Wil je zeker zijn van een plek? Boek dan je retreat via ons boekingsstelsel op de website:
www.rootz.info/mens-retreat/

Meer informatie? Of persoonlijk advies nodig?
Neem dan contact op met **Mirjam Dreijer, 06 50212614.**

Voel je welkom bij ROOTZ!

REVIEWS 2022

Een plek om te aarden en los te komen. Een sportieve retreat. Echt heel gaaf om op de op van Europa te staan.

~ Erik ~

Een nieuwe retreat vraagt om ervaringen. Reis met ons mee en vertel ons jouw verhaal...

~ Mirjam ~



4-Daagse-programma

MEN'S RETREAT

Vrijdag 6 oktober 2023

- 18.00 uur Aankomst. Ontvangst met welkomstdrankje & lekkernij
- 19.30 uur Homemade diner in Chalet Cavre

Zaterdag 7 oktober 2023

- 08.00 uur Ontbijt
- 09.00 uur Hike, Yoga & Meditatie: First Cliff Walk – Bachsalsee - Faulhorn - Bussalp
- 12.00 uur Lunchpakket
- 19.30 uur Diner bij een Zwitsers restaurant

Zondag 8 oktober 2023

- 08.00 uur Yoga
- 09.00 uur Ontbijt
- 11.00 uur Adventure Package: First Glider of First Flyer
- 13.00 uur Lunch
- 14.00 uur Adventure Package: Mountain Cart
- 20.00 uur Homemade diner BBQ in Chalet Cavre

Maandag 9 oktober 2023

- 08.00 uur Ontbijt
- 09.30 uur Afsluiting

De wereld wacht op jou. Wij verheugen ons om jou te ontmoeten in de Zwitserse Alpen.

Vitale groet, Mirjam Dreijer

