

Dance  the Joy

Tanze deine Lebensfreude – genieße das  
karibische Paradies

Für alle, die ihre Freude-Energie auftanken wollen

## Du brauchst einen Tapetenwechsel?

Möchtest du endlich

- deinem Trott entfliehen und der Trostlosigkeit ein Ende setzen?

## Lade deine Freude-Energie neu auf 😊

Entdecke, wie du

- deine Lebensfreude zurückgewinnen kannst
- dein einzigartiges Strahlen wiederfindest
- wieder zurück auf deinen Weg findest

Erlebe eine unvergessliche Reise - im Außen wie im Innen.

**Wenn du das auch möchtest, dann ist der  
2-wöchige Nia Dance-The-Joy Urlaub in der  
Karibik genau das richtige Angebot für dich**

So erreichst du mich: +43 660 36 969 36, per Whatsapp, Signal, Telegram, Viber, über  
[gabriele@nianow.at](mailto:gabriele@nianow.at) und auf <https://www.dance-the-joy.com>

Herzlich, deine Gabriele Schlick

\* Änderungen vorbehalten, aktuelle Nia Dance-The-Joy Urlaubs-Preise & Termine findest du auf [www.dance-the-joy.com](https://www.dance-the-joy.com)

\*\* Preise richten sich nach den externen Anbietern

## Was ist der Nia Dance-The-Joy Urlaub in der Karibik?

- 2 Wochen Urlaub vom Alltag mit Gleichgesinnten - ein Urlaub, der dich bewegt
- Eine Tankstelle für deine Lebensfreude-Energie an außergewöhnlichen Orten
- Unendliche Gelegenheiten, die zauberhafte Karibik zu erleben

## Welche Vorteile hat ein Urlaub so weit weg von daheim?

- Der Zauber des karibischen Lebens ermöglicht eine radikale Veränderung deiner Sichtweisen
- In dieser neuen Umgebung kannst auch du dich vollkommen neu erfahren und deinem Leben eine neue Richtung geben
- Inmitten einer unterstützenden Community kannst du vieles hinter dir lassen und neue Gewohnheiten etablieren, die dein Leben nachhaltig bereichern

## Warum reicht es nicht, wenn ich nur „auf's Land“ fahre?

Die Kraft liegt in der radikalen Veränderung, die dich ins Hier und Jetzt, ins momentane Erleben katapultiert. Die neue Umgebung, die neuen Menschen, und vor allem die neuen Bedingungen helfen deinem wahren ICH wieder auf die Sprünge. Du hast alle Chancen dich hier neu zu finden.

## Ich habe schon einen 3-Tages-Workshop gebucht, brauch ich dann noch diesen Energie-Urlaub?

Jede tiefgehende Veränderung sollte innerhalb von 72 Stunden zu einer neuen Gewohnheit führen. Daher spielt Zeit eine wesentliche Rolle. In diesem 2-wöchigen Urlaub – du kannst natürlich auch länger bleiben – finden wir die für dich dienlichen und unterstützenden Rituale und machen sie zu liebevollen Gewohnheiten.

## In einem All Inklusiv Club wäre die DomRep viel günstiger

Deine 2-wöchige Nia Dance-The-Joy Reise ist eine unvergleichliche Erfahrung, weit entfernt von den typischen All-Inklusiv-Clubs. Hier findest du keinen Massentourismus und auch keine verliebten Pärchen.

Bei der Nia Dance-The-Joy Reise wirst du von Gleichgesinnten umgeben sein, und es gibt viel Raum für dich und deine individuellen Bedürfnisse. Gemeinsam in der Gruppe tanzen, wir haben Spaß und genießen inspirierende Unterhaltung. Es gibt zahlreiche Möglichkeiten, dich mit anderen auszutauschen und neue Verbindungen zu knüpfen.

In diesem geschützten Rahmen hast du die wundervolle Möglichkeit, dich selbst ganz neu zu entdecken und deinem Leben den nötigen Schub in die richtige Richtung zu geben. Als Single musst du keinen Einzelzimmerzuschlag zahlen, und der Urlaub ist einzigartig kreativ auf dich, deine Wünsche und Bedürfnisse abgestimmt.

\* Änderungen vorbehalten, aktuelle Nia Dance-The-Joy Urlaubs-Preise & Termine findest du auf [www.dance-the-joy.com](http://www.dance-the-joy.com)

\*\* Preise richten sich nach den externen Anbietern

## Das sagen Teilnehmer:innen – mit freundlicher Genehmigung

### Traude:

*„... Es ist mehr als Urlaub vom Alltag. Es ist ein Kraft tanken der anderen Art. Loslösen und sich treiben lassen, so könnte man es beschreiben. Mein erster Besuch hier war magisch. Mittlerweile komme ich nicht mehr auf Besuch hierher, es ist mein zweites zu Hause geworden. Um all die Schönheit und die Kraft dieses Fleckchen Erde kennen zu lernen ist es super jemanden an seiner Seite zu haben, der führt. Mit all den angebotenen Programmen und Aktivitäten, mit Gleichgesinnten, alles Neue, zu entdecken. Als Single ist man bestens aufgehoben, in einer fröhlichen Gemeinschaft. Bei Tanz, Musik, Strand und Meer, bei Wanderungen, guten Gesprächen, neuen Kulturen und dem Bewusstseins-erweiternden-Seins. Für Junge und jung Gebliebene. Egal wo ich hier hingehere, ich gehe immer mit einem Lächeln durch die Gegend. Und ich bin mir sicher: Wer einmal Lunte gerochen hat kommt immer wieder ...“*

### Michaela:

*„Das Lebensgefühl inhalieren und gleichzeitig rauslassen ...*

- Im Hier und Jetzt und gleichzeitig in Weite und Ferne ....*
- Lukullische Genüsse und gleichzeitig eine irdene Genügsamkeit ...*
- Das Sein spüren und gleichzeitig zu Neuem abheben ...*
- Sich mit Wellen wiegen und in Fülle schwelgen ....*
- Die Früchte der stetigen Arbeit endlich ernten können ...*
- Die Augen schließen und den Tanz genießen .....*

*DAS IST FÜR MICH DAS BESONDERE IN DER KARIBIK!!“*

## Was bekomme ich, wenn ich beim 2-wöchigen Nia Dance-The-Joy Urlaub dabei bin?

Auf dich wartet ein abwechslungsreicher Urlaub mit jeder Menge freudiger Bewegung wie [Nia](#), Yoga, Bachata, Salsa & natürlich jeder Menge Lebensfreude-Rituale. Du kannst ganz nach deinem Geschmack urlauben: von einem Tiefenentspannt-Faulenzer- bis zu einem Abenteuer-Aktiv-Urlaub ist alles möglich! 14 Tage Abwechslung mit Tanz, Entspannung, Spaziergängen, Ausflügen, Spanisch lernen, Bewusstseins-Übungen und und und ....

Gemeinsam tanzen wir die Freude an der Bewegung – das abwechslungsreiche Programm wird dir gefallen. Und auch das Strandleben kannst du dir mit diversen Sportarten oder einer Massage am Strand versüßen. Abends kannst du dann mit uns dein Tanzbein in einem der lokalen Tanz-Schuppen schwingen.

Und ja, es gibt sie tatsächlich, die vielen einsamen Strände abseits des Massen-Tourismus. Du kannst alleine wandern und die Seele baumeln lassen oder du genießt die Gegenwart der Gruppe und wanderst mit uns.

Hier ist alles möglich. Du findest meterhohe Wasserfälle, weiße unberührte Strände, Naturschutzgebiete, üppig blühendes Hinterland ebenso wie die pulsierende Hauptstadt,

\* Änderungen vorbehalten, aktuelle Nia Dance-The-Joy Urlaubs-Preise & Termine findest du auf [www.dance-the-joy.com](http://www.dance-the-joy.com)

\*\* Preise richten sich nach den externen Anbietern

entzückende kleine Dörfer und mit ein wenig Glück kannst du mit Delphinen schwimmen und Wale beobachten - Abenteuer für jeden Geschmack. Herz, was willst du mehr?

Der beschwingte Nia Dance-The-Joy Urlaub ist für alle geeignet, ganz gleich ob du ein bewegungs-  
freudiges Energiebündel oder eine entspannungs-liebende Ruheoase bist. Unser Motto lautet:  
"Abenteuer erleben, Körper, Geist und Seele entspannen und genießen."

Fixprogramm im Preis inkludiert:

- 4 x Nia-Einheiten
- 2 x Bachata bzw. Salsa-Stunden mit lokalen Tanzlehrern
- 1 x Yoga-Einheiten mit lokalen Yoga-Lehrern
- 1 x Strandwanderungen
- 4 x Einheiten "Spanisch für den Urlaub"
- 1 x Massage am Strand

und immer gut und rundum betreut beim gemeinsamen freiwilligen :-)) -->

- reichhaltigen Frühstück
- Strandleben genießen
- Strandwanderungen
- dominikanisch Kochen
- kleine Ausflüge zu anderen Stränden
- Happy Hour Cocktails schlürfen
- Bachata und Salsa-Tanz am Strand
- Kaffeetratsch
- Einkaufen gehen und den Ort erkunden
- Shoppen
- Eis essen
- Sonnenuntergang bestaunen
- Abendessen in einem der vielen verschiedenen Restaurants - von rustikal bis exquisit
- Abendlicher Diskobesuch mit Salsa, Bachata und Merengue Tanz
- oder einfach nur in einer Bar abhängen
- und zu geiler Musik abtanzen

Du wohnst in einem Hotel deiner Wahl\*\* und kannst jederzeit diverse lokale Angebote\*\* nützen

- Massage am Strand
- Indoor-Spa mit einem reichhaltigen Massage-Angebot
- Maniküre / Pediküre
- Private Tanzstunden
- u.v.m.

\* Änderungen vorbehalten, aktuelle Nia Dance-The-Joy Urlaubs-Preise & Termine findest du auf [www.dance-the-joy.com](http://www.dance-the-joy.com)

\*\* Preise richten sich nach den externen Anbietern

Außerdem gibt es reichhaltige örtlichen Ausflugsangebote\*\* wie etwa:

- Wanderung zu den Wasserfällen von El Limon
- Bootsausflug ins Naturschutzgebiet Los Haitices
- Tagesausflug zum Mangroven-Strand von Rincon und zur Insel Fronton
- Bootsausflug zur berühmten "Bacardi-Insel" Cayo Levantado
- Ausflug zur Kaffee-Erzeugung, Kautschuk-Erzeugung oder Ananas-Plantage
- Tauch- und Schnorchel-Ausflug
- Reitausflüge
- Whale Watching (nur Feb/Mar) Bootsausflug
- Ausflug zur ZIP-Line mit sensationellem Ausblick
- Quad-Tour durch die Kaffeeroute

Und wir können auch gemeinsam\*\*

- Standup-Paddeln
- Segeln
- Kite-Surfen
- Fahrrad-Touren

an einem der lokalen Events\*\* teilnehmen, die saisonal bedingt stattfinden wie die

- Vollmond-Tee-Zeremonie
- Cacao-Zeremonie
- Aerial Yoga-Stunden
- Hola Hoop
- POI
- und und und :-)

## **Warum mir der Nia Dance-The-Joy Urlaub etwas bringt?**

Eine der besonderen Eigenschaften des "Nia Dance-The-Joy Urlaubs" ist unser Fokus auf das Auftanken unserer Lebensfreude-Energie und das wieder Entfachen deines Strahlens. In unserer hektischen Welt kann es schwierig sein, deine Freude und dein Strahlen aufrechtzuerhalten. Dieser Urlaub bietet dir die Gelegenheit, dich auf dich selbst zu konzentrieren, dich zu entspannen und die Freude am Leben wieder (neu) zu entdecken und zu aktivieren. Unsere Aktivitäten, einschließlich Nia Tanz, Meditation und Yoga, werden dich dabei unterstützen, dich wieder mit deiner Freude und deinem Strahlen zu verbinden.

\* Änderungen vorbehalten, aktuelle Nia Dance-The-Joy Urlaubs-Preise & Termine findest du auf [www.dance-the-joy.com](http://www.dance-the-joy.com)

\*\* Preise richten sich nach den externen Anbietern

Wenn du also bereit bist, dich (wieder) mit deiner Lebensfreude und deiner Essenz zu verbinden und in deiner vollen Pracht zu strahlen, dann melde dich jetzt zum "Nia Dance-The-Joy Urlaub" an. Wir freuen uns darauf, dich auf dieser aufregenden Reise zu begleiten

## **Wie läuft der Nia Dance-The-Joy Urlaub ab?**

In den beiden Urlaubswochen bin ich 24/7 für dich und die Gruppe da. Die erste Woche steht ganz unter dem Motto „Freude an der Bewegung“. Nach unserem kurzen Morgen-Ritual tanzen wir entweder Nia oder besuchen eine Yoga-Stunde. Danach treffen wir einander zum reichhaltigen Frühstück mit anschließendem Spanisch-Kurs bzw. Lebensfreude-Ritualen. Dann geht es ab auf einen der wunderschönen Strände zum relaxen, Seele baumeln lassen oder wir machen eine Strandwanderung oder oder oder ... was genau werden wir gemeinsam beschließen, da richte ich mich ganz nach den Wünschen der Gruppe 😊

Vor dem Abendessen besuchen wir das eine oder andere Mal noch eine Salsa-Bachata Stunde bei einem der lokalen Lehrer. Das Repertoire an Lokalen für ein abwechslungsreiches Abendessen kann sich sehen lassen: vom exklusiven Ambiente bis hin zum einfachen Strandrestaurant findest du hier alles. Nach dem Abendessen geht es für die Nachtschwärmer unter uns auch noch ab in eine der Tanz-Locations, dort können wir dann das Gelernte gleich anwenden und bis in die Morgenstunden die Freude an der Bewegung feiern.

Die zweite Woche steht dann ganz unter dem Motto „Freude am Erkunden“. Wir beschließen gemeinsam, welche Ausflüge wir unternehmen bzw. buchen wollen – da ist für jeden Geschmack etwas dabei 😊 Das Abendprogramm lassen wir offen, wichtig ist jedenfalls, dass wir unseren Wünschen und Bedürfnissen folgen und uns dabei wohlfühlen.

In den letzten Tagen werden wir einen Abend der Rückschau und der gemeinsamen Erkenntnis-Feedback-Runde widmen, und den letzten gemeinsamen Abend feiern wir natürlich gebührend. Danach geht's gestärkt und voller guter Dinge zurück in den Alltag, der sich nach diesem Urlaub mit deiner wiedergewonnenen Lebensfreude und deinem Strahlen sicher ganz anders anfühlen wird.

## **Dieser Nia Dance-The-Joy Urlaub passt für dich,**

wenn du neugierig, aufgeschlossen und bereit bist, mit liebevollem Einsatz den vielfältigen Erfahrungsmöglichkeiten Raum zu geben, um schlussendlich erfüllt und voller Lebensfreude mit deinem wundervollen Strahlen wieder in dein Alltags-Leben zurückzukehren.

Ganz besonders geeignet ist der Urlaub für Single-Frauen 40+, die aus welchem Grund auch immer dringend einen Tapetenwechsel brauchen.

## **Dieser Nia Dance-The-Joy Urlaub passt nicht für dich,**

wenn du deine Komfortzone nicht so gerne verlässt und es dir schwerfällt Erwartungen über Bord zu werfen. Er passt nicht, wenn du nicht offen für neue Erfahrungen und Erlebnisse bist, die womöglich deiner bisherigen Lebensweise widersprechen.

\* Änderungen vorbehalten, aktuelle Nia Dance-The-Joy Urlaubs-Preise & Termine findest du auf [www.dance-the-joy.com](http://www.dance-the-joy.com)

\*\* Preise richten sich nach den externen Anbietern

## Gibt es eine Fragerunde, bevor ich mich endgültig entscheide?

Ja, es gibt in regelmäßigen Abständen ZOOM-Live-Events, bei denen ich ganz viele Details zum Nia Dance-The-Joy Urlaub erzähle und wo du mir alle deine Herzensfragen stellen kannst. [Melde dich gerne hier an](#), um über diese Termine informiert zu sein oder schreib mir auf [gabriele@dance-the-joy.com](mailto:gabriele@dance-the-joy.com).

## Was passiert, nachdem ich mich verbindlich zum 2-wöchigen Nia Dance-The-Joy Urlaub angemeldet habe?

Nachdem du dich mit deiner Unterschrift verbindlich beim 2-wöchigen Nia Dance-The-Joy Urlaub angemeldet hast unterstütze ich dich beim Buchen des Fluges, des Hotels und organisiere den Transfers vom Flughafen zum Hotel.

In einem separaten Zoom-Call oder einem persönlichen Treffen und einem Email zum Nachlesen erkläre ich dir alle wichtigen Details zu diesem Urlaub. Dabei kannst du auch andere TeilnehmerInnen kennenlernen und von ihren Fragen profitieren. Ich spreche über die richtige Kleidung, Mückenschutz, Geld & Wertsachen, Details zum Hotel, Klima, Flüge, Transfer, und über ein paar Do's und Dont's. Wenn alles unter Dach und Fach ist gilt es nur mehr zu warten und die Vorfreude so richtig groß werden zu lassen.

## Zur Inspiration ein Video-Testimonial von Traude

Traude ist seit kurzem in Pension und verbringt mittlerweile die Hälfte des Jahres in der Karibik. Nach dem Verlust ihres Mannes hat sie hier step-by-step wieder zu ihrer Lebensfreude gefunden. Sieh selbst, was Traude zum Nia Dance-The-Joy Urlaub sagt:

<https://www.youtube.com/watch?v=0AumLbc2ehs&t=24s>



\* Änderungen vorbehalten, aktuelle Nia Dance-The-Joy Urlaubs-Preise & Termine findest du auf [www.dance-the-joy.com](http://www.dance-the-joy.com)

\*\* Preise richten sich nach den externen Anbietern

# Wer veranstaltet den 2-wöchigen Nia Dance-The-Joy Urlaub?

*Ing. Gabriele Schlick, Nia Black Belt Teacher & Nia 5 Stages Teacher*

Gabriele unterrichtet und veranstaltet seit 2007 Nia-Events. 2015 hat sie sich in diesen pulsierenden Ort verliebt – Las Terrenas auf der Halbinsel Samana in der Dominikanische Republik. Seither kommt sie 2 x pro Jahr für 7-8 Wochen dorthin. Sie spricht spanisch und dieser bezaubernde Fleck Erde ist zu ihrer 2. Heimat geworden. Sie liebt das Land und die lebensfrohen Menschen.

In diesem Land sieht man dich und dein Inneres, so wie du bist, egal wie alt du bist, welche Figur du hast und was du besitzt. Die Menschen hier sind außerdem extrem hilfsbereit und offen. Das liebt und schätzt Gabriele am meisten 😊

## Warum Gabriele weiß wovon sie spricht?

*Gabriele: „Ich komme nun schon seit 2015 immer wieder in die Dominikanische Republik nach Las Terrenas und bin noch immer verliebt in diesen wundervollen Ort mit seinen vielfältigen Möglichkeiten. Ich habe oft erlebt, wie dieser Ort mit all seinen Menschen und Möglichkeiten verzaubern kann – wenn man offen und bereit ist, den Chancen des Lebens Raum zu geben.“*

## Was du in dich investieren solltest?

Der 2-wöchige rundum betreute Nia Dance-The-Joy Urlaub kostet € 585,-\* und beinhaltet informative Vorbereitung, Betreuung bei Flug- und Hotel-Buchung, 2 Wochen Nia Dance-The-Joy und Lebensfreude-Programm mit Rundumbetreuung vor Ort mit viel Bewegung und Unterhaltung.

Abgesehen vom Nia Dance-The-Joy Programm hast du hier auch den Raum, dich neu zu erleben, in einer neuen Umgebung, mit neuen Leuten, einer neuen Gruppe von Gleichgesinnten, um wieder zu dir und deinem Strahlen und deiner Lebensfreude zurückzufinden. Diese vielen Möglichkeiten machen diesen Urlaub so wertvoll. Allesamt Chancen, die du ergreifen solltest 😊

## Was du in dich investieren solltest?

In regelmäßigen Abständen erfährst du in einem Zoom-Info-Call alles Details zu diesem Urlaub und darüber hinaus kannst du natürlich alle deine Fragen stellen.

**► Melde dich hier zum Zoom-Event an und erfahre alle Details**

**Zur Info: der Nia Dance-The-Joy Urlaub ist auf 10 Teilnehmer begrenzt.**

\* Änderungen vorbehalten, aktuelle Nia Dance-The-Joy Urlaubs-Preise & Termine findest du auf [www.dance-the-joy.com](http://www.dance-the-joy.com)

\*\* Preise richten sich nach den externen Anbietern



## Zur Inspiration für den Nia Dance-The-Joy Urlaub:

Wundervolle Strände abseits des Massentourismus:

<https://www.youtube.com/watch?v=kUtefUz4cs0>



Ein paar Impressionen von Las Terrenas – unserem Urlaubsort:

<https://www.youtube.com/watch?v=5OCTj-reCwM>



Für noch mehr Inspirationen besuche mich gerne auf meinem Youtube-Kanal:

<http://youtube.com/@Gabriele-Nia/>

\* Änderungen vorbehalten, aktuelle Nia Dance-The-Joy Urlaubs-Preise & Termine findest du auf [www.dance-the-joy.com](http://www.dance-the-joy.com)

\*\* Preise richten sich nach den externen Anbietern

## FAQ:

### **Wie ist das Klima?**

In der Saison Februar ist abends ein dünnes Jäckchen empfehlenswert tagsüber 26-29 Grad, nachts 21-25 Grad, im Oktober brauchst du eher kein Abend-Jäckchen, da hat es tagsüber 29–32 Grad, nachts von 24-28 Grad. Im Oktober ist die Luftfeuchtigkeit deutlich höher. Moskitos gibt es in der Saison Februar weniger als im Oktober.

### **Gibt es viele Hurrikans?**

Ja es gibt sie immer wieder, allerdings ist die Hurrikan-Saison erfahrungsgemäß zwischen August und Ende September.

### **Wie ist es mit der Sicherheit?**

So wie es in jedem Land mit Armut auch ist: es ist nicht empfehlenswert goldbehangen herumzulaufen, Geld und Wertsachen trägt man am besten direkt am Körper, Taschen hängt man schräg um und Telefone verstaut man am besten auch in der Tasche oder in einem Bauchtascherl oder einem anderen Ort direkt am Körper. Wie immer: Gelegenheit macht Diebe.

### **Wie ist das Hotel ausgestattet?**

Das richtet sich ganz nach deinem Budget, deinen Ansprüchen und nach der Saison – von 40,- bis 120,- Euro pro Nacht und Zimmer ist alles möglich – mehr dazu erzähle ich im [Zoom-Event, für das du dich gerne hier anmelden kannst](#).

### **Wie lange dauert die Anreise? Was kosten Flüge?**

Auch das richtet sich ganz nach deinem Budget, deinem Wohnort und nach der Saison. Anreisedauer beispielsweise aus Wien ab 15 Stunden (13 Stunden Flug mit 1 x umsteigen und 2 Stunden Transfer), Flugkosten zwischen € 750,- und € 1.300,- Mehr dazu im [Zoom-Event, für das du dich gerne hier anmelden kannst](#).

### **Stimmt es, dass hier viele lästige „Sanky Pankys“ sind?**

Wie überall: Ja und nein. Es kommt darauf an, wo man hingeht und wie man sich verhält. Im Allgemeinen wird man nicht belästigt.

### **Was sollte ich sonst noch wissen?**

Auf der Insel gibt es Reiche – oft Ausländer - und Arme – meist Einheimische. Viele der Einheimischen kämpfen hier täglich ums Überleben und bieten ihre Dienste mit viel Hingabe an. Ich schätze ein ehrliches und freundliches Engagement und würdige freundliche und respektvolle Behandlung z.B. im Zuge von Ausflügen mit einer angemessenen „propina“ (Trinkgeld).

\* Änderungen vorbehalten, aktuelle Nia Dance-The-Joy Urlaubs-Preise & Termine findest du auf [www.dance-the-joy.com](http://www.dance-the-joy.com)

\*\* Preise richten sich nach den externen Anbietern

Wenn du noch mehr wissen möchtest erreichst du mich so: +43 660 36 969 36, per Whatsapp, Signal, Telegram, Viber, über [gabriele@nianow.at](mailto:gabriele@nianow.at) und auf <https://www.dance-the-joy.com> oder du kommst in mein nächstes [Zoom-Event, für das du dich gerne hier anmelden kannst](#).

Ich freue mich auf deine Kontaktaufnahme,  
Herzlich, deine Gabriele Schlick  
*Deine Expertin für Lebensfreude*



*Dance the Joy*

\* Änderungen vorbehalten, aktuelle Nia Dance-The-Joy Urlaubs-Preise & Termine findest du auf [www.dance-the-joy.com](http://www.dance-the-joy.com)

\*\* Preise richten sich nach den externen Anbietern