JÓGA NA FUERTEVENTUŘE – KVĚTEN 2022 se Zuzanou Šimečkovou

cena 24.990 Kč / osoba

Cena zahrnuje:

letenka Praha – Fuerteventura – Praha
transfery letiště – hotel – letiště
ubytování na 7 nocí
all inclusive
jógový program
informační schůzka s českým delegátem
pojištění CK proti úpadku

CO VÁS ČEKÁ?

- jóga zájezd za skvělou cenu v luxusním čtyřhvězdičkovém hotelu s All inclusive a to včetně letenky v ceně pobytu!
- ubytování ve dvoulůžkových pokojích s možností přistýlky v resortu Occidental Jandía Playa, který je u dlouhé písečné pláže Jandía
- stravování formou All inclusive (zahrnuje snídaně, obědy, večeře, nápoje v ceně)
- transfer z letiště do hotelu a zpět na letiště po skončení pobytu
- jóga program s lektorkou Zuzkou Šimečkovou
- cvičení jógy na terase hotelu
- rozsáhlé zahrady s bazény v hotelovém komplexu, kde můžete odpočívat a relaxovat
- dovolená s jógou a nádherná písčitá pláž oceněna certifikátem Modrá vlajka
- Wi-Fi připojení v areálu hotelu ZDARMA

PRO KOHO JE POBYT VHODNÝ?

Pobyt s jógou na Fuerteventuře je určen pro milovníky jógy i odpočinku. Hotel nabízí skvělé zázemí pro dovolenou s jógou. Odpočinek na pláži či u bazénu, protažení těla, vyčištění hlavy a čas jen pro sebe sama.

Pobyt je vhodný pro začátečníky i pokročilé, ženy i muže, ale i pro děti (jógový program je však vhodný pouze pro dospělé osoby).

Pro děti i necvičící osoby nabízíme zvýhodněnou cenu.

POPIS UBYTOVÁNÍ

Komplex se nachází v jižní části ostrova Fuerteventura, který je druhým největším ostrovem z Kanárských ostrovů. Nedaleko hotelu (cca 4 km) se nachází malá rybářská vesnička Morro Jable. Z letiště je to do hotelu cca 80 km. Personál vás přivítá ve vstupní hale s recepcí, která je hostům k dispozici 24 hodin denně. K hotelu náleží restaurace nabízející program All inclusive, a la carte restaurace a

několik barů. Hotel nabízí denní i noční animační programy.

Hotel se nachází 300 metrů od překrásné písečné pláže Jandía a je od pláže oddělen komunikací. Pro vstup na pláž je možné použít podchod. Lehátka a slunečníky se poskytují za poplatek.

K dispozici je wellness a fitness.

FOTOGALERIE z předchozích pobytů ZDE.

VYBAVENÍ POKOJŮ

Yoga retreat probíhá v komfortně zařízených a klimatizovaných dvoulůžkových pokojích. Součástí každého z nich je vlastní sociální zařízení.

STRAVOVÁNÍ

Program All inclusive zahrnuje snídaně, obědy a večeře podávané formou bufetu. Během dne je dále připravené lehké občerstvení. V časovém rozmezí od 10 hod do 23 hod jsou rozlévané nealkoholické a místní alkoholické nápoje.

PLÁŽ

Hotel se nachází u písečné pláže Playa de Jandía. Lehátka a slunečníky jsou na pláži k dispozici za poplatek.

JÓGA LEKCE

Během pobytu si společně užijeme lekce hatha nebo jin jógy a meditace na pláži. Lekce budou probíhat 2x denně – ráno před snídaní a večer před večeří. V případě, že podnikneme společný výlet, program upravíme.

Mé lekce jsou pomalejší s důrazem na dech a prožití všech vjemů, které nám praxe jógových ásan nabízí. Lekce vedu s respektem k dané skupině a tak, abychom mohli načerpat přesně to, co aktuálně potřebujeme na všech úrovních našeho bytí. Dopřejme si možnost ponořit se do sebe, naladit se na své tělo a nechme se vést tím, co si v danou chvíli žádá. Pojďme si uvědomit, že jsme celek, který je dokonalý takový, jaký právě teď je. Pojďme prostě jen chvíli být. Teď a tady. Na břehu oceánu. Sami se sebou a přece společně.

HODNOCENÍ CK

Chcete si užít dovolenou u moře s jógou, ubytováním v krásném hotelu a s

programem all inclusive? Hotel je ideální volbou pro milovníky dlouhých písečných pláží. Nachází se kousíček od pláže a příjemnou procházkou podél moře od začátku střediska Morro Jable – Jandía, kde je nespočet obchodů, restaurací, barů, do centra letoviska vede krásná promenáda podél pobřeží oceánu. Krásná velká terasa na cvičení jógy v hotelu, doporučujeme i pro rodiny s dětmi.

TIP PRO VÁS:

Na jógu u moře je možno se nahlásit i pouze v 1 osobě, doplníme vás na dvoulůžkový pokoj s další klientkou a nemusíte připlácet za jednolůžkový pokoj.

Za jóga lekce, jejich vedení, časové rozvržení během pobytu, styl a průběh lekcí je zodpovědný jóga instruktor během pobytu.

U zájezdů označených jako Jóga zájezd si Cestovní kancelář vyhrazuje právo změnit instruktora jógy v případech, kdy se z vážných důvodů instruktor jógy nemůže pobytu zúčastnit.

Informace, rezervace:
Ing. Nikola Odvárková
www.VillasResorts.cz
tel. +420 702 047 307
email: odvarkova@villasresorts.cz

Ceník

CENA: 24.990 Kč / osoba

Cena zahrnuje: zpáteční letenky Praha – Fuerteventura – Praha, transfery letiště – hotel – letiště, informační schůzka s českou delegátkou, 7 nocí ubytování, all inclusive, terasa na cvičení jógy, lekce jógy s jóga lektorkou v hotelu nebo na pláži (v příletový a odletový den jóga není), pojištění CK proti úpadku

Cena za osobu v jednolůžkovém pokoji: +3.800 Kč

Příplatek za výhled na moře: + 1.600 Kč / osoba / pobyt

Cena osoba na přistýlce: – 2.000 Kč / osoba / pobyt

1. dítě do 11,99 let v doprovodu 2 dospělých osob cena: 12.990 Kč / pobyt

Cena pro necvičící osobu: 24.190 Kč / osoba / pobyt

Pro závaznou rezervaci se hradí celková částka pobytu.

Cena nezahrnuje: cestovní a storno pojištění v případě storna ze zdravotních důvodů – Union A30 Pandemic za 560 Kč / osoba / pobyt

Bližší informace o pojištění ZDE

Minimální počet účastníků: 13 dospělých osob

Cena děti:

- do 2 let – zdarma letenka (bez nároku na sedadlo), transfer (bez nároku na sedadlo), i pobyt, hradí pouze 500 Kč ubytovací taxy na místě, DŮLEŽITÉ: nesmí přesáhnout věk 2 let v průběhu pobytu, poté už hradí letenku viz níže
- 1 dítě do 11 let včetně v doprovodu 2 dospělých osob na pokoji: 12.990 Kč / pobyt

Check in: od 14:00

Check out: do 12:00

AKTUÁLNÍ OPATŘENÍ, COVID INFORMACE:

Informace prosím vždy sledujte na portálu mzv.cz

Informace, rezervace:
Ing. Nikola Odvárková
www.VillasResorts.cz
tel. +420 702 047 307
email: odvarkova@villasresorts.cz

Jóga

O LEKTORCE JÓGY: Zuzana Šimečková

Je to pár let, co jsem si začala uvědomovat spojení těla, mysli a duše. Neexistuje pouze jedno nebo druhé. Jsme celek, který mě svou dokonalostí fascinuje čím dál víc. Fyzické tělo vnímám jako dokonalý systém, kterému je třeba se naučit naslouchat.

Právě jóga mě naučila vnímat své tělo a skrze něj pracovat s myslí. Díky tomu jsem postupně začala objevovat své skutečné Já. A přestože je jóga stále mnohými vnímána hlavně jako fyzické cvičení, nabízí nám mnohem víc než jen pevné a pružné tělo. Jógová praxe nás navrací do rovnováhy na spoustě úrovních a může pomoci i v případě různých zdravotních projevů.

Od roku 2016 jsem lektorkou Hatha jógy. Následně i jógy pro děti a rodiny, gravid jógy a hormonální jógové terapie pro ženy podle Dinah Rodrigues. Neustále se vzdělávám jak v oblasti jógy, tak v celostním přístupu k nám samotným.

Věnuji se terapii pomocí Bachových esencí, kterou jsem před několika lety vyzkoušela na vlastní kůži, když mi bylo nejhůř. Celkově je mi velmi blízké téma emocí. Ty jsem postupně začala vnímat jako úžasné učitele a ne nepřítele, kterého je třeba potlačit, když se hlásí o slovo. Své poznatky s radostí předávám všem, kteří o ně stojí.

Na konci roku 2019 jsem založila Open Mind Project, jehož misí je osvěta v oblasti osobního rozvoje a uvědomění, že každý z nás je zodpovědný za svůj život a za to, co se v něm odehrává. A hlavně – že každý z nás má vše, co potřebuje vždy k dispozici. Uvnitř sebe.

Během pobytu Vás provedu ranními a večerními lekcemi jógy, které jsou vhodné jak pro úplné začátečníky, tak i pro ty, kteří jógu už nějaký ten pátek praktikují. Pozice lze modifikovat tak, abychom je mohli provádět i v případě nějakého zdravotního omezení. Lekce vedu podle aktuálního nastavení a naladění dané skupiny a věřím, že každý si z nich odnese to, co zrovna potřebuje.

Moc se na Vás všechny těším. Namaste. Zuzka.

zuzanasimeckova.cz

www.omproject.cz

zuzana.simecek@gmail.com

+420 603 172 031