

JÓGA ZÁJEZD NA SRÍ LANKU – LISTOPAD 2018 s Vendulou Černou (SR05)



cena již od 19.990 Kč / osoba

Cena zahrnuje:

10 nocí ubytování
snídaně
cvičení jógy
pojištění CK proti úpadku





JÓGA TÝM KATKY MRUGALOVÉ A VILLAS&RESORTS UVÁDÍ:

JÓGA POBYT NA SRÍ LANCE

s Vendulou Černou

Termín letu: 7. 11. – 19. 11. 2018 (nebo dle letových řádů)

Termín ubytování: 8. 11. – 18. 11. 2018

VILA U MOŘE S BAZÉNEM A TERASOU NA CVIČENÍ JÓGY

Krásná vila se nachází v zahradě s tropickou zelení a to přímo u břehu zátoky Indického oceánu. Oblast je velmi klidná, považována za oázu klidu. Z objektu je nezaměnitelný výhled na oceán, nejkrásnější je zde především západ slunce. V dálce je možné spatřit starou holandskou pevnost s majákem historického města Galle.

Vila nabízí k ubytování 6 dvoulůžkových klimatizovaných pokojů a vedlejší vilu, která nabízí 3 dvoulůžkové klimatizované pokoje plus zahradní bungalov (3 x dvoulůžkový pokoj). Oba objekty jsou spojeny 14×8 m dlouhým bazénem s nočním osvětlením a krytou terasou. cca 5 minut od ubytování se nachází jedna z nejkrásnějších pláží na Srí Lance – pláž Unawatuna Beach. Pokoje v rezidenci jsou vybaveny klimatizací, koupelnou s WC a je zde možnost přistýlek. Objekt nabízí dvě terasy stvořené pro cvičení jógy – východní a západní a obývací pokoj s barem, Wi-Fi ve společných prostorách.

V ceně ubytování je snídaně (vajíčka, chléb, máslo, džem, ovoce, káva, čaj). Na místě možnost zajištění veškerých výletů po Srí Lance.

Pláž Unawatuna Beach, která je vzdálená 5 minut od rezidence patří k nejkrásnějším na Srí Lance. Pláž nabízí nádherné koupání, možnost šnorchlování, potápění, rybaření a projížďky a výlety na lodkách. Přímo na pláži se nachází

bezpočet restaurací a barů s výbornou kuchyní.

Check in ve vile od 14 hod

Check out v den odjezdu do 12 hodin

Blízké okolí

Vila se nachází v jižní části Srí Lanky ve středisku Unawatuna, nedaleko historického města Galle. Unawatuna je vesnička na pobřeží s písčným zálivem a korálovými útesy. Můžete zde nakoupit místní řemeslné výrobky (dřevěné masky, šperky, kožené tašky), ale také čaje, koření či pohlednice. Hlavní město Colombo je od vily vzdáleno 120km a letiště 150km. Rádi Vám zajistíme transfery z letiště do vily a zpět (za příplatek), jakožto také řadu poznávacích výletů přímo od objektu.

V případě zájmu Vám zajistíme zpáteční letenky na Srí Lanku (dle aktuálních cen leteckých společností – nákup letenek cca březen 2018).

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 osobu instruktora jógy v případech, kdy se z vážných důvodů instruktor jógy nemůže pobytu zúčastnit.

Informace, rezervace CK:

www.VillasResorts.cz info@villasresorts.cz tel. 777497781

nebo

Katka Mrugalová katerina.mrugalova@seznam.cz 775623100

Ceník

CENÍK A ROZLOŽENÍ POKOJŮ – JÓGA ZÁJEZD

(minimální počet 11 osob platících)

HLAVNÍ VILA – kapacita 12 osob

Dvoulůžkový pokoj s výhledem na moře (možnost 1-2 přistýlek) – 22. 990 Kč / os. / 10 nocí **OBSAZENO**

Dvoulůžkový pokoj s výhledem na moře (možnost 1-2 přistýlek) – 22. 990 Kč / os. / 10 nocí **OBSAZENO**

Dvoulůžkový pokoj výhled na bazén – 20.990 Kč / os. / 10 nocí **OBSAZENO**

Dvoulůžkový pokoj výhled do zahrady – 19.990 Kč / os. / 10 nocí **OBSAZENO**

Dvoulůžkový pokoj (možnost přistýlky)– 17.590 Kč / os. / 10 nocí **OBSAZENO**

Dvoulůžkový pokoj výhled do zahrady (menší tmavší pokoj) – 17.590 Kč / os. / 10 nocí **VOLNO**

VEDLEJŠÍ VILA – kapacita 6 osob (obsazujeme až po naplnění hlavní vily)

Dvoulůžkový pokoj výhled na moře – 20.990 Kč / os. / 10 nocí (možnost 1-2 přistýlek) **OBSAZENO**

Dvoulůžkový pokoj výhled na moře – 20.990 Kč / os. / 10 nocí **OBSAZENO**

Dvoulůžkový pokoj výhled do zahrady – 19.990 Kč – / os. / 10 nocí **OBSAZENO 1**

OS.

ZAHRADNÍ BUNGALOV

- bungalov disponuje vlastním obývacím pokojem a plně vybavenou kuchyní

Dvoulůžkový pokoj s venkovní koupelnou – 20.590 Kč / os. / 10 nocí **OBSAZENO**

Dvoulůžkový pokoj s venkovní koupelnou – 20.590 Kč / os. / 10 nocí **REZERVACE**

Dvoulůžkový pokoj – 20.590 Kč / os. / 10 nocí **VOLNO**

Cena zahrnuje: 10 nocí ubytování ve vybraném typu pokoje, snídaně (vajíčka, chléb, máslo, džem, ovoce, káva, čaj), 2 x denně cvičení jógy s instruktorkou

Možnost zajištění přistýlky za 9.990 Kč / 10 nocí do vybraných typů pokojů (celkem max 6 přistylek i pro dospělé osoby)

Děti do 5 let zdarma (včetně snídaně)

Check in ve vile od 14 hod

Check out v den odjezdu do 12 hodin

Za příplatek: zajištění transferů letiště – ubytování – letiště – 400 Kč / os. / 1 cesta.
– stejný let jako celá skupina (v případě jiného letu, cena transferu na vyžádání)

Víza – 1000 Kč předem zajištění v CK nebo 40 USD na místě.

V případě zájmu Vám zajistíme zpáteční letenky na Srí Lanku dle aktuálních cen leteckých společností.

Cestovní pas na Srí Lanku musí být platný ještě min. 6 měsíců po návratu do ČR.

Platby:

Pro závaznou rezervaci se platí nyní záloha 10.000 Kč / osoba

Doplatek jóga pobytu 2 měsíce před odjezdem.

Letenky si klienti mohou řešit po vlastní ose nebo přes naši cestovní kancelář, jak budou vypsány aktuální ceny letenek a naplněn minimální počet účastníků (nákup letenek cca leden – březen 2018), letenky se platí ihned celá částka za vystavení letenky.

Informace, rezervace CK:

www.VillasResorts.cz info@villasresorts.cz tel. 777497781

nebo

Katka Mrugalová katerina.mrugalova@seznam.cz 775623100

www.mrugalova.cz





























Jóga

O INSTRUKTORCE:

VENDULA ČERNÁ

<http://www.mrugalova.cz/>



Ač mě sport provází již od malička, k józe jsem se dostala zhruba před dvěma lety skrze akci Reebok Yoga Sensation. Zde mě naprosto okouznil překrásný projev a neskutečná energie, vycházející právě z Kačky Mrugalové. V tuto chvíli jsem se do jógy zamilovala a postupně začala objevovat všechnu její krásu, hloubku, sílu ale i radost, kterou mi přináší nejenom v jógové praxi, ale i v běžném životě. Jóga je pro mě celoživotní cestou.

Mým cílem je učit klienty lépe pracovat se svým tělem, respektovat, naslouchat a porozumět.

Motto: “Dělej vše tak, jak je v daný moment nejlépe možné“





O INSTRUKTORCE:

HELENA CHOTĚTICKÁ



K józe jsem se dostala před několika lety, kdy mě na první lekci zlákala kamarádka, která jógu začala učit. Hned od prvního momentu jsem věděla, že je to láska na první dech. Zpočátku jsem brala jógu jako skvělou kompenzaci k silovým sportům, jimž jsem se poměrně intenzivně věnovala od malička. Postupem času jsem začala jógu vnímat trochu hlouběji. Uvědomila jsem si, že to není jen fyzické cvičení. Jóga je pro mě nástroj, jak si udržet dlouhodobě fyzické a duševní zdraví.

Se svými klienty se snažím pracovat individuálně a přizpůsobit danou pozici každému tak, aby se v ní cítil pohodlně a byla mu příjemná. Na józe je krásné, že ji může praktikovat v podstatě kdokoliv – mladý, starý, zdravý, nemocný. Pozice vždy musí odpovídat aktuálnímu stavu a možnostem praktikujícího. Je velmi důležité nesrovnávat se ostatními, neboť každý máme jiné tělo, jiné tělesné predispozice a zdravotní omezení. Proto dýchejte a užívejte si radost z pohybu. Během cvičení se snažte uvolnit, abyste odcházeli s dobrou náladou a plní energie.

Budu se na Vás těšit. Namasté

„Nezáleží na tom, co děláš, ale jak to děláš.“ a „Když nejde o život, jde o h...“