

JÓGA ZÁJEZD NA BALI – BŘEZEN 2019 s Pavlou Rožumberskou (BA29)



cena 29.990 Kč / osoba

Cena zahrnuje:

- 10 x ubytování
- snídaně ve vile
- 2x celodenní výlet po Bali
- 2x informační schůzka s českou delegátkou
- transfery
- pojištění CK proti úpadku

JÓGA NA OSTROVĚ BOHŮ S PAVLOU ROŽUMBERSKOU

Ubytování v privátní vile v indonéském duchu se soukromou zahradou a bazénem, pouze pro 12 osob, 7 minut pěšky od pláže!

Čeká nás spirituální pobyt na krásném Bali, plný pozitivní energie pro znovunalezení své vnitřní síly. 10 nocí, 11 dní plných harmonizační jógy, meditací, rituálů, relaxací, a to vše v kruhu žen a na překrásném Bukitu, kde se budeme věnovat pouze samy sobě!

“ODMĚŇ SE A UŽIJ SI ČAS SAMA PRO SEBE V PŘEKRÁSNÉM A EXOTICKÉM KOUTĚ SVĚTA, KTERÝM OSTROV BALI JE.”

POPIS VILY

Krásná vila má 5 klimatizovaných ložnic (3 x dvoulůžková ložnice, 2 x trojlůžková ložnice), 5 koupelen, nachází se 7 minut pěšky procházkou a po schodech od pláže Bingin na Bukitu, kde jsou ty nejznámější pláže se světlým pískem. Nechybí samozřejmě ani TV v každém pokoji, wifi, staff na každodenní úklid, možnost zařídit i kuchaře, řidiče a další.

Ve vile je vše zařízené s citem pro indonéský design. Je zde kompletně vybavená moderní kuchyně, kabelová TV, klimatizace, snídaně v ceně. V nedaleké blízkosti je i další pláž Padang Padang a chrám Uluwatu.

Check in na ubytování ve vile v den příjezdu od 14 hodin

Check out na ubytování ve vile v den odjezdu do 12 hodin

JAKÝ NÁS ČEKÁ PROGRAM?

JÓGA

2 x denně lekce jógy při východu a západu slunce v resortu, u bazénu naší privátní vily, případně na pláži. Během pobytu vyzkoušíme různé styly jógy – od klidné relaxační Hatha jógy přes Power jógu, Jógu pro zdravá záda, Hormonální jógovou terapii, Kundalíní jógu a Jógu pro harmonizaci čakr.

RELAXACE A MEDITACE

Mysl zklidníme při relaxačních a meditačních technikách, rituály budeme oslavovat naše dokonalá ženská těla. Neučíme se ty nejúčinnější antistresové cviky a dechové techniky, vyzkoušíme několik řízených meditací.

ŽENSKÁ TÉMATA

Společné povídání a sdílení ženských příběhů a zkušeností týkajících se vztahu ke svému tělu, ženské cykličnosti, rodinných a partnerských vztahů, intimity, lečení jizev, odstranění obav a nejistot, které si každá z nás v sobě neseme.

OSOBNÍ KONZULTACE

Pakliže budete chtít, můžete využít osobní konzultaci, která probíhá formou individuálního osobního sezení či lekce přímo s lektorkou Pavlou Rožumberskou
60min. / 890 Kč

V CENĚ EXKLUZIVNÍHO JÓGA ZÁJEZDU:

- Ubytování na 10 nocí v privátní vile u moře
- Transfery letiště – ubytování– letiště
- Česká delegátka v místě pobytu
- Snídaně v ceně
- Každodenní úklid hotelového pokoje či vily (kromě neděle)
- 2 x denně lekce jógy při východu a západu slunce v resortu, u bazénu nebo v zahradě vily, případně na pláži, 3 x workshop
- Vyzkoušíme během pobytu různé styly jógy, dále možnost za příplatek individuálního sezení či lekce 60 min. / 890 Kč
- Ranní pravidelné meditace a relaxace na břehu oceánu nebo v nádherné přírodě
- Dva celodenní výlety po Bali

1. výlet: Ubud tour : očistné prameny Tampak Siring spring temple, Gunung Kawi Rocky temple, vodopády Tegenungan waterfall, Goa gajah elephant cave temple

2. výlet: Tanah Lot – nejkrásnější vodní chrám na Bali, Jatiluwih – terasovitá pole. Kávové, kakaové, hřebíčkové plantáže po cestě. Ulun Danu chrám – chrám u jezera Beratan.

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 A REZERVACE NA:

Informace, rezervace:

Ing. Nikola Odvářková

www.VillasResorts.cz

tel. +420 702 047 307

email: odvarkova@villasresorts.cz

nebo u jóga instruktorky:

Tel: 604 510 981

MAIL: pavla@rozumberskapavla.cz

WEB: www.rozumberskapavla.cz

Ceník

CENA: 29.990 Kč / osoba

Cena zahrnuje: 10 nocí ubytování ve vile, v ceně je snídaně, cvičení jógy ve vile (v dny výletů, příletový a odletový den jóga není), transfery letiště – vila – letiště, 2 x celodenní výlet po Bali, 2x informační schůzka s českou delegátkou, pojištění CK proti úpadku.

Cena nezahrnuje: zpáteční letenky (v případě zájmu Vám letenky zařídíme, cena cca 18-21 tisíc dle letecké společnosti), cestovní pojištění vč. pojištění storna ze zdravotních důvodů 910 Kč osoba / pobyt (balíček A60 pojišťovna Union)

Záloha pro závaznou rezervaci: 5.000 Kč/osoba

Nákup skupinových letenek: cca září-říjen 2018

Doplatek: 3 měsíce před odletem

INFORMACE A REZERVACE NA:

Informace, rezervace:

Ing. Nikola Odvárková

www.VillasResorts.cz

tel. [+420 702 047 307](tel:+420702047307)

email: odvarkova@villasresorts.cz

nebo u jóga instruktorky:

pavla@rozumberskajoga.cz 604 510 981

<http://rozumberskapavla.cz/>.

Jóga

Pavla Rožumberská

průvodkyně pro ženy, které hledají samy sebe...

LEKCE JÓGY ZDARMA – pro klienty, kteří by si rádi vyzkoušeli jógu s Pavlou před odletem na její jóga zájezd, nabízí lekci zdarma.

Kde si s Pavlou vyzkoušet lekci jógy?

- Úterky 9 – 10 hodin Jemná jóga – Energy Studio Václav Krejčík – <https://www.energystudio.cz/>
- Úterky 17.30 – 18.30 hodin Poweryoga – Finess Galaxie – <http://www.fitnessgalaxie.cz/>

Ve svém životě se věnuji hledání sama sebe, svého vnitřního zdroje síly, pozitivní energie a vlastní sebelásky a sebehodnoty. Na této své spirituální cestě jsem si zároveň uvědomila, že je to i mým životním posláním. Že jsem schopná vlastní načerpané informace předávat ostatním ženám a pomáhat jim tak na jejich cestě ke šťastnějšímu a především plnohodnotně prožitému životu, v jejich ženské síle a kráse.

Už od dětství jsem se snažila být především hodná holka a tak jsem si vytvářela tlak na život a sebe sama, který mě přivedl až k dlouholetému užívání antidepresiv. Až když jsem přestala užívat hormonální antikoncepci a začala poprvé ve svém dospělém životě skutečně cítit své ženské tělo, začala jsem také vnímat svojí ženskou cykličnost. Tak začala má cesta k vlastnímu poznání svých emocí a sebelásce a já si konečně uvědomila, že už nemusím být tou hodnou holkou, protože jsem dospělá žena.

Konečně jsme přestala žít život podle představ druhých a začala si ve svém životě dělat věci, které chci především já. A tak, aniž bych to prvoplánově čekala, se mi začal pomalu plnit můj osobní sen. V současné době pořádám kurzy Hormonální jógové terapie, školím nové instruktory jógy, tvořím on-line programy pro ženy, s kolegyní vedeme vlastní jógové studio, píšu články do odborných časopisů a knih, natáčím videa a rozhovory... a vím, že to je jen začátek.

Nyní cítím, že přišel ten správný čas, abych mohla všechny načerpané informace předávat i Tobě a všem ženám, se kterými se mohu ve svém životě potkat. Jsou to vlastní zkušenosti, semináře kterými jsem osobně prošla, knihy, které jsem přečetla, filmy které jsem viděla, webináře, které jsem si poslechla, on-line kurzy, kterými jsem prošla a kterým osobně věřím a dávají mi obrovský smysl a mně samotné moc pomáhají. Proto jsem se rozhodla, pomoci i Tobě a co nejvíce ženám začít žít život podle svých vlastních představ, ve své ženské síle.

Tel: 604 510 981

MAIL: pavla@rozumberskapavla.cz

WEB: www.rozumberskapavla.cz