

JÓGA ZÁJEZD NA SRÍ LANKU – BŘEZEN 2018 s Veronikou Carmanovou (SR04)



cena již od 16.490 Kč / osoba

Cena zahrnuje:

10 nocí ubytování
snídaně
cvičení jógy
pojištění CK proti úpadku

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 prostorech.

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.

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).

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.

Ceník

CENÍK UBYTOVÁNÍ A ROZLOŽENÍ POKOJŮ:

HLAVNÍ VILA

Dvoulůžkový pokoj s výhledem na moře – 22. 490 Kč / os. / 10 nocí

(možnost 1-2 přistýlek) **OBSAZENO**

Dvoulůžkový pokoj s výhledem na moře – 22. 490 Kč / os. / 10 nocí **OBSAZENO**

Dvoulůžkový pokoj výhled do zahrady – 16.490 Kč / os. / 10 nocí **OBSAZENO**

(možnost 1-2 přistýlek)

Dvoulůžkový pokoj výhled na bazén – 19.490 Kč / os. / 10 nocí **OBSAZENO**

Dvoulůžkový pokoj výhled do zahrady – 16.490 Kč / os. / 10 nocí **OBSAZENO**

Dvoulůžkový pokoj výhled do zahrady (menší tmavší pokoj) – 15.490 Kč / os. / 10 nocí **OBSAZENO**

VEDLEJŠÍ VILA

Dvoulůžkový pokoj výhled na moře – 19.490 Kč / os. / 10 nocí

(možnost 1-2 přistýlek) **OBSAZENO**

Dvoulůžkový pokoj výhled na moře – 19.490 Kč / os. / 10 nocí **OBSAZENO**

Dvoulůžkový pokoj výhled do zahrady – 16.490 Kč – / os. / 10 nocí **OBSAZENO**

ZAHRADNÍ BUNGALOV

(obsazujeme až po naplnění předchozích dvou kapacit)

- bungalov disponuje vlastním obývacím pokojem a plně vybavenou kuchyní

Dvoulůžkový pokoj s výhledem do zahrady – 16.990 Kč / os. / 10 nocí

Dvoulůžkový pokoj s výhledem do zahrady – 16.990 Kč / os. / 10 nocí

Dvoulůžkový pokoj s výhledem do zahrady – 16.990 Kč / os. / 10 nocí

Cena zahrnuje: 10 nocí ubytování ve vybraném typu pokoje, snídaně (vajíčka, chléb, máslo, džem, ovoce, káva, čaj), cvičení jógy.

Možnost zajištění přistýlky do některých pokojů za 10.000 Kč / pobyt

Děti do 5 let zdarma (včetně snídaně)

Za příplatek zajištění transferů letiště – ubytování – letiště – 400 Kč / os. / 1 cesta (stejný let celá skupina, v případě jiných časů příletů cena transferu na vyžádání)

Víza – 40 USD na místě nebo 1.000 Kč předem v CK

V případě zájmu Vám zajistíme zpáteční letenky na Srí Lanku. Nákup letenek pro celou skupinu cca podzim 2017!

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

Minimální počet osob pro zájezd: 12

Nejdříve se obsazují všechny pokoje v hlavní vile, poté vedlejší vila a bungalov.

Pro rezervaci se platí nyní záloha 10.000 Kč / osoba, doplatek 2 měsíce před odjezdem.

Jóga

O LEKTORCE JÓGY: Veronika Carmanová



Dobrý den, jmenuji se Veronika Carmanová (čte se Karmanova) a Karmu mi z života už jen tak nikdo neodpáře. Je to takové mé čtvrté dítě. Mou nejdůležitější současnou jógovou inspirací je Acharya Venkatesh, Mysore, který mi pomáhá objevovat skryté síly lidské mysli.

Certifikovaná v Hatha józe od Jóga Vidya Gurukul, Nasik, Indie a inspirovaná Vinyasa Flow jógou, kterou jsem se naučila v USA, se vydávám vlastní cestou jógy. Ve svých hodinách kombinuji poznatky z obou kontinentů, psychodynamiku čaker, používám nauku meridiánů dle čínské medicíny a snažím se je aplikovat pro nás středoevropany tak, aby jsme každý z nás, pomalu a v bezpečí rozvinul svůj nejhlubší potenciál.

Kombinuji pozice, které jsou dostupné všem. V hodinách dynamicky používáme náš dech a pomalinku otevíráme naše tělo pomocí výdrže v pozicích. Systematicky stimulujeme náš nervový systém, pročišťujeme energetická pole, probíhá detoxikace vnitřních orgánů a otevíráme svá srdce. Jen na každém z Vás záleží, jak hluboko se chcete ponořit do světa jógy. V každém případě jóga nás vede k tomu, abychom se cítili lépe a byli lepšími bytostmi. Jak jedno čínské přísloví říká: Učitel nám otevře dveře, ale vejít do nich musíš sám.

Vzdělávání v datech:

2014 Intenzivní záklonový kurz (Mysore, Indie, A. Venkatesh)

2014 Vinyasa Yoga učitelský kurz (USA, Seane Corn)

2013 Učitelský kurz Yin Yogy

2008–2012 Tradiční čínská medicína, obor Akupunktura

2010 Jóga pro těhotné, systém Andrey Smékalové

2010 Rekvalifikační kurz sportovních masáží

2010 Čínská tlaková masáž – Tuina 2010 Moxování, baňkování

2009 Intenzivní učitelský kurz pod vedením Mr. Venkateshe, Mysore, Indie

2008 Ashtanga kurz, Yoga Sutras, NYC

2007 Učitelský kurz, Yoga Vidya Gurukul, Indie

2004–2007 Vinyasa Flow, Miami, USA

Ale toto jsou pouze certifikáty, kusy papíru, které bez aplikovaných znalostí nemají vůbec žádnou hodnotu. Nejcennějším učitelem je má vlastní praxe, ať už na podložce, nebo učením a vy všichni, které potkávám na hodinách.

Děkuji vám za tu krásnou příležitost a těším se na vzájemné obohacování.