

JARNÍ JÓGA VÍKEND V APARTMÁNECH U RYBNÍČKU – KVĚTEN s Danou Beierovou



cena 3.900 Kč / osoba

Cena zahrnuje:

ubytování na 2 noci
polopenze
jógový program
pronájem sálu

Zveme Vás na pozdně jarní víkend v jižních Čechách. V malebné usedlosti na nás čekají krásné apartmány a jógový sál, ve kterém budeme společně praktikovat voňavou jógu a meditace.

Apartmány u rybníčku, nacházející se v malebné jihočeské vesničce Kostelec nad Vltavou, 2 km od Žďákovského mostu a vodní nádrže Orlík. 1 h cesty od Prahy. Jedná se o rodinný dům našeho významného kulturního historika Čeňka Zibrta.

Apartmány sousedí v těsné blízkosti s několika historickými chalupami a hlavními dominantami na návrší obce.

Toto všechno se nachází v krásné přírodě Jižních Čech, v blízkosti Orlické přehrady a kraji rybníků a lesů. Okolí je ideální jak k aktivní dovolené strávené projížďkami na kole, rybařením, houbařením, pěší turistikou, vodními sporty, nebo vyhlídkovou plavbou ze zámku Orlík na hrad Zvíkov.



CO VÁS ČEKÁ?

- víkend plný jógy, meditace a odpočinku

- načerpání energie
- krásné ubytování
- polopenze v ceně

PRO KOHO JE JÓGA POBYT VHODNÝ?

- začátečníky i pokročilé v józe
- ženy i muže všech věkových kategorií
- pro osoby starší 16 let, muže, ženy, páry i známé i jednotlivce, kteří nemají s kým vyrazit



PROGRAM:

Pátek – 18:30-19:30 flow s květinovou lehkostí a radostí

Sobota – 7:30 – 9:00 ranní meditace a flow praxe s bazalkovým nádechem

Sobota – 17:00 – 18:30 workshop – výroba voňavých dárků pro sebe nebo své blízké

18:30-19:15 večerní protažení a relaxace

Neděle – 8:00 – 9:00 ranní meditace a praxe s citrusovou svěžestí



Minimální počet účastníků: 10 osob + lektor

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.

Změny v programu lekcí ze strany lektora jsou vyhrazeny.

POPIS UBYTOVÁNÍ

Apartmány se nacházejí v levém křídle domu s vlastním vstupem. V současné době nabízíme ubytování v jednom dvoulůžkovém, v jednom třílůžkovém (s možností přistýlky) a třech čtyřlůžkových dvoupokojových apartmánech. Všechny pokoje jsou vybaveny původními dřevěnými podlahami, nábytkem a doplňky tak, abychom co nejlépe vystihli atmosféru doby, ze které celý objekt pochází a zároveň aby se naši hosté cítili dobře a v pohodlí.

Všechny apartmány mají vlastní koupelnu a společnou kuchyňku na pavlači. Možnost zapůjčení grilu. Wi-Fi připojením je zdarma. Parkování je možné před domem zdarma. Možnost cestovní postýlky pro miminka. Možnost vyprání a usušení prádla. Apartmány 03 a 04 mají vlastní uzamykatelný vstup z pavlače, lze pronajmout celé jako rodinné apartmá až pro 8 osob.

V rezervaci pro Vás máme celý objekt.



STRAVOVÁNÍ

Stravování bude zajištěno formou výborné polopenze připravené s láskou –

snídaně a vegetariánské večeře.

Snídaňové menu najdete ZDE. V ceně je vždy jeden snídaňový pokrm + jeden nápoj.

V kuchyňce je neomezeně k dispozici rozpustná káva a čaje zdarma po celou dobu pobytu. Kávu z kávovaru lze přiojednat.



POKOJE

Pokoje nabízí různou obsazenost. Budou vždy obsazeny min.2 osobami, v případě,

že si klienti vyžádají vyšší obsazenost, budou umístěni dle možností jedn. apartmánů.

Apartment 01 – dvoulůžkový, jednopokojový **OBSAZENO**

Apartment 02 – čtyřlůžkový, dvoupokojový **OBSAZENO**

Apartment 03 – čtyřlůžkový, dvoupokojový (Apartment má vlastní uzamykatelný vstup z pavlače)

Apartment 04 – třílůžkový, s možností přistýlky (Apartment má vlastní uzamykatelný vstup z pavlače)

Apartment 05 – čtyřlůžkový, dvoupokojový (Jediný s vlastní plně vybavenou kuchyní, šatnou, v koupelně sprchový kout i bidet) – **OBSAZENO**

Popis apartmánů a foto [ZDE](#)



TIPY NA VÝLET:

Zámek Orlík (6km) – Jihočeský zámek umístěný na skalnatém ostrově nad

Vltavou a vlastněný Schwarzenbergý.



Žďákovský most (2km) – Žďákovský most je ocelový silniční most, který překonává řeku Vltavu v místech Orlické přehrady v okrese Písek, v jižních Čechách. Jde o největší jednoobloukový most bez táhla na světě.



Hrad Zvíkov (14 km) – Hrad založil pravděpodobně již král Přemysl Otakar I. a

jeho potomkům patřil až do vymření rodu v roce 1306.



a další..

Check in: 14:00 hodin

Check out: 10:00 hodin (hosté mohou zůstat ještě během dopoledne v jídelně a sále, pokud chtějí)

V případě zájmu o rezervaci nebo v případě jakýchkoliv dotazů nás neváhejte kontaktovat:

Informace, rezervace:

Ing. Nikola Odvárková

www.VillasResorts.cz

tel. +420 702 047 307

email: odvarkova@villasresorts.cz

Ceník

CENA: 3.900 Kč / osoba / pobyt

Cena zahrnuje: 2 noci ubytování, polopenze, jógový program (viz záložka Popis), pronájem sálu na cvičení

Minimální počet účastníků: 10 + lektor

Pro rezervaci se hradí celková částka pobytu.

Zaplacená částka je v případě storna ze strany klienta nevratná. Pobyt je možné převést na náhradníka.

Informace, rezervace:

Ing. Nikola Odvárková

www.VillasResorts.cz

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

email: odvarkova@villasresorts.cz

Jóga

O LEKTORCE JÓGY: DANA BEIEROVÁ



Dana Beierová – lektorka vinyasa flow a slow flow jógy.

Dana se józe věnuje přes 17 let. Ve svých lekcích propojuje dynamickou vinyasu s prvky terapie, soustředí se na sladění dechu s pohybem, nalézání vnitřního klidu a ukotvení se v přítomném okamžiku. Lekce mohou být silné i jemné, fyzicky náročné i odpočinkové, podle potřeby a záměru praktikujících. Jsou určené pro všechny – ať dlouhodobě praktikující, tak úplné začátečníky. Díky svým bohatým zkušenostem vás provede lekcí s lehkostí a přiměřeností. Jejím záměrem je pomoci svým studentům v sobě objevit vnitřní sílu a nadhled. Najít sám sebe.

Dana vystudovala učitelský kurz v USA pod vedením mezinárodně uznávaného učitele Maxe Stroma, který je dodnes pro ni velkou inspirací na podložce i v každodenním životě. Později studovala 300hodinový Svastha Yoga Therapy Program s Ganeshem Mohanem. Lektorování se věnuje více jak 10 let a od roku 2013 vede Jóga studio Poděbrady.



Informace, rezervace:

Ing. Nikola Odvárková

www.VillasResorts.cz

tel. +420 702 047 307

email: odvarkova@villasresorts.cz