

# JÓGA & LYŽE V ALPÁCH – leden 2021 s Petrou Pikkelovou



**cena 10.160 Kč / osoba**

## **Cena zahrnuje:**

ubytování na 4 noci v rodinném hotelu  
polopenze s možností bezmasé varianty  
lekce jógy s Petrou Pikkelovou  
český servis v místě  
možnost zajištění skipasů na recepci  
osobní přístup, doporučení a tipy na výlety  
pojištění CK proti úpadku

## **Novoroční jógování s lyžovačkou v Alpách.**

**Ráno křupavý sníh na prázdných sjezdovkách, večer kombinace strech a yin jógy s Petrou.**

**Ubytování v rodinném hotelu s českým servisem, kde Vás čeká ubytování v nově zrekonstruovaných pokojích s polopenzí s bezmasou variantou večeří.**

**K dispozici je také sauna, kde můžete zregenerovat svaly.**

**Skipasy je možné zajistit přímo na recepci hotelu, pak jen nastoupíte na vláček nebo do auta za doslova za pár minutek jsme na jedněch z nejhezčích sjezdovek – vybírat můžete z několika z nich.**

**Bojíte se, zda bude sníh? Na ledovci máte záruku sněhu po většinu roku!**

**Po Vánocích mnoho z nás hledá možnost, jak si vyčistit hlavu, načerpat síly, začít rok aktivně. Tak si rezervujte své místo na podložce včas.**

**V případě, že nebude možné pobyť z důvodu covid-19 realizovat, budou Vám peníze vrácené v plné výši.**



- jedinečná kombinace lyžování v oblasti Zell am See – Kaprun a jógy s Petrou Pikkelovou
- možnost návštěvy vyhlášených termálních lázní Tauern Spa v Kaprunu
- ubytování na 5 dní/ 4 noci v tříhvězdičkovém rodinném hotelu Gasthof Oberwirt v Niedernsillu
- polopenze v ceně s možností výběru bezmasých jídel
- večerní lekce jógy s Petrou Pikkelovou v sálu vedle hotelu
- český servis v hotelu
- možnost zajištění skipasů přímo na recepci hotelu
- možnost zajištění Salcburské karty (slevy i vstupy zdarma na turistické atrakitivity) – informace o kartě ZDE
- pojištění CK proti úpadku

Doprava: vlastní





## **PRO KOHO JE POBYT VHODNÝ?**

Prodloužený víkend (středa – neděle) v Rakouských Alpách je vhodný pro všechny milovníky jógy i zimních sportů. Pobyt je vhodný pro dospělé osoby – ženy i muže

všech věkových kategorií, pro začátečníky i pokročilé. Možnost se nahlásit i v jedné osobě bez příplatku (doplnění dvoulůžkového pokoje s další klientkou – zajistíme). Zvýhodněná cena pro necvičící osoby.

## **POPIS UBYTOVÁNÍ**

Hotel leží v oblasti Kaprun – Zell am See – Saalbach, v centru Niedernsillu. Lyžování – Kaprun – Zell am See- Saalbach (410 km sjezdovek) nebo Kitzbuhel (200 km sjezdovek). Skibus jezdí do Kaprunu i Zell am See. Skivlak do Zell am See a Hollersbachu (Kitzbuhelské Alpy). Zastávka skibusu a skivlaku 100 m od hotelu. V hotelu je český servis. Nedílnou součástí je i výborná restaurace.

Hotel se nachází na klidném místě s ideální polohou pro Vaše výletní cíle. Podrobné mapy v češtině a informace dostanete na místě.

V hotelu je k dispozici sauna. 1 hod = 20 EUR. Kapacita sauny je 6-8 osob.





## **VYBAVENÍ POKOJŮ**

Pokoje jsou nově komfortně zařízeny, vybaveny koupelnou se sprchou, WC, kabelovou SMART TV s českými rozšířenými programy včetně filmových HBO I,II,III, Cinemax atd.**STRAVOVÁNÍ**

V ceně pobytu je POLOPENZE. Snídaně formou bufetu, večeře o třech chodech.

## **PROGRAM A JÓGA LEKCE**

Lekce jsou vhodné pouze pro dospělé osoby.

pátek – příjezd na hotel v odpoledních hodinách, společné přivítání, večeře a informace k pobytu

sobota – ráno společná snídaně a poté volný program na lyžování či výlety a večer společná lekce jógy 17:00 – 18:30

neděle – ráno společná snídaně a poté volný program na lyžování či výlety a večer společná lekce jógy 17:00 – 18:30

pondělí – ráno společná snídaně a poté volný program na lyžování či výlety a večer společná lekce jógy 17:00 – 18:30

úterý – společná snídaně, rozloučení a odjezd domů





Příjezdový a odjezdový den jsme nechali volný, abyste si mohli prohlédnout okolí a

dle svých časových možností si rozvrhnout příjezd a odjezd.

*Změny v programu vyhrazeny.*

Nabízíme možnost si pobyt individuálně prodloužit. Buď na místě dle možností hotelu, případně s rezervací předem. V případě zájmu o prodloužení pobytu nás prosím kontaktujte.

### **CENY PRODLOUŽENÍ (uvedená cena je za osobu / noc s polopenzí)**

dospělý: 1.600,-

dítě (3-13 let): 1.300,-

### **AKTIVITY**



## LYŽOVÁNÍ

Ceny skipasů naleznete [ZDE](#) a je možné je zajistit na recepci hotelu, kde také dostanete od personálu podrobné informace a doporučení na sjezdovky a skiareály vč. doporučení dle aktuálních podmínek a počasí. Platí pro střediska: Ski Amadé: Salzburger Sportwelt, Gastein, Grossarl-Dorfgastein, Region Hochkönig, Schladming-Dachstein; Zell am See – Kaprun, Skicirkus Saalbach-Leogang-Hinterglemm-Fieberbrunn, Obertauern, Kitzbühel, Zillertalarena, Wildkogel-Arena, Weisssee Gletscherwelt Uttendorf, Region Nagelköpf Piesendorf, Rauris, Almenwelt Lofer, Schneewinkel, Unken-Heutal, Mölltaler Gletscherbahnen, Lungau, Werfenweng, Skiregion Dachstein West, Abtenau, Skischaukel Gaissau Hintersee, Dürrnberg Zinkenkogel, Untersbergbahn, Postalm, Skiwelt Wilder Kaiser – Brixental, Skijuwel Alpbachtal – Wildschönau, Die Schneebären (Tauplitz, Planneralp, Riesneralm, Kaiserau)





## **BĚŽECKÉ TRATĚ**

Region Kaprun-Zell am See-Saalbach se může pochlubit propracovanou sítí běžkařských tratí – na milovníky běhu na lyžích zde prostě čeká malý ráj. Běžecké tratě kolem Kaprunu a Zell am See o celkové délce přes 200 km nadchnou i náročnější. Trať je převážně tvořena rovinou, v Zell am See Schüttdorfu a v Kaprunu se nacházejí dvě noční tratě ( každá 4 km dlouhá), které jsou osvětlené do 22.00 hod.- znamená to, že můžete běžkovat až do noci a nemusíte plánovat návrat do večerních hodin.

Přímo na ledovci Kitzsteinhorn na Kaprunu je pro Vás připravena 3 km dlouhá výšková stopa (2 800 m. n. m.), která vede po ledovcové plošině a udržuje se po celý rok. Začátečníkům pak můžeme doporučit 5 km dlouhou Westloipe z Kaprunu do Piesendorfu.





**PINZGAUERSKÁ LOKÁLKA** – Pro opravdové fajnšmekry je tu k dispozici turistický vláček, tzv. “úzkokolejka”, který jezdí podél běžkařských drah a kterým

se můžete přepravit i s běžkami, běžkovat pokaždé na jiném zajímavém místě a zpátky se svézt opět vláčkem. Poznáte tak kus krásné rakouské přírody a Vaše výlety nebudou všední. Záleží jen na Vás a na Vaší kondici, kterou cestou se vydáte. **HODNOCENÍ CK** Ideální a skvělá kombinace pro všechny milovníky jógy i zimních sportů. Příjemné nově zrekonstruované ubytování ve skvělé poloze s českým servisem v místě. Nepřeberné možnosti výletů v okolí a skvělé termály.

## **TIP PRO VÁS:**

Na jóga pobyt 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. Změny v programu vyhrazeny.*

*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:**

**Ing. Nikola Odvárková**

[www.VillasResorts.cz](http://www.VillasResorts.cz)

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

email: [odvarkova@villasresorts.cz](mailto:odvarkova@villasresorts.cz)



# Ceník

---

**CENA: 10.160 Kč / osoba / pobyt**

**Cena zahrnuje:**

- ubytování na 4 noci v rodinném hotelu
- polopenze
- lekce jógy s Petrou Pikkelovou
- český servis v místě
- pojištění CK proti úpadku

**Cena necvičící: 8.160 Kč / pobyt**

Minimální počet účastníků: 12 platících osob

Pobyt je organizován na vlastní dopravu.

**Pro závaznou rezervaci se nyní hradí záloha 3.000 Kč / osoba. Doplatek je splatný do 2 měsíců před odjezdem, tedy do 23. 11. 2020.**

Zaplacená záloha je nevratná v případě zrušení ze strany klienta. V případě, že se účastník nemůže pobytu sám zúčastnit, je možné za sebe najít náhradníka.

**V případě, že pobyt nebude možné uskutečnit z důvodu nepovolení vycestovat, příp. pokud bude nařízena 14denní karanténa, bude pobyt zrušen a zaplacená částka vratná v plné výši. Týden před odjezdem bude potvrzeno konání pobytu. Do této doby může být pobyt z důvodů výše uvedených zrušen ze strany CK s vrácením peněz zákazníkům.**

**Informace, rezervace:**

**Ing. Nikola Odvárková**

[www.VillasResorts.cz](http://www.VillasResorts.cz)

tel. +420 702 047 307

email: [odvarkova@villasresorts.cz](mailto:odvarkova@villasresorts.cz)

# Jóga

---

## O LEKTORCE JÓGY: Petra Pikkelová



Joga si mě objevila v roce 2002 v New Yorku. Po první Jivamukti hodině jsem srolovala podložku a věděla jsem, že se stalo něco velikého. Stala jsem se součástí

něčeho co mě bytostně i spiritualně převyšuje, něčeho čehož jsme součástí všichni, aniž bychom si to uvědomovali. Životní láska nebo láska na několik životů. Od této chvíle se změnil můj život, protože se změnil můj pohled na něj. Před jógou stojím nahá, skromná a vděčná. Vděčná všem minulým, současným i budoucím učitelům jógy. Jógy jako jedním z filozofických směrů.

Věřím, že skrze praktikování jógových ásán můžeme změnit pohled nejen na naše těla a myšlení, ale hlavně na svět ve kterém žijeme. Můžeme změnit naše denní vnímání a tím i konání. Konání, které se stává vůči všemu a všem kolem nás soucitnější, jemnější, hlubší a zřetelnější.

Na svých hodinách učím dynamičtější vinyasu (vinjásu), při které kladu důraz na spojení dechu s pohybem a to vše za doprovodu hudby, která jen umocňuje radost a prožitek při jógových ásanách. S pomocí hudby, zpěvu manter, meditace a vědomého dýchání – začneme postupně seřazovat tělo, duši a vědomí a tím vytvoříme vnitřní cestu k uzdravení a posílení. Při svých hodinách chci hlavně rozdávat radost a lásku kterou jóga přináší mě.

Jsem vděčná svým učitelům Sharon Ji a Davidu Ji za vytvoření Jivamukti Yogy metody, díky které se moje vnímání světa stalo zřetelnější a radostnější..

Jsem certifikovanou lektorkou Jivamukti Yogy a West Boston Vinyasa Yogy.

### **Kontakt na lektorku:**

Petra Pikkelová

petrapik@gmail.com

+420 777 012 876

<http://urbanyoga.cz>















