

# JÓGA NA FUERTEVENTUŘE – ZÁŘÍ 2021 s Dášou Zemanovou



**cena 26.200 Kč / osoba**

## **Cena zahrnuje:**

letenka Praha – Fuerteventura – Praha  
transfery letiště – hotel – letiště  
ubytování na 7 nocí  
all inclusive  
jógový program  
informační schůzka s českým delegátem  
pojištění CK proti úpadku

## CO VÁS ČEKÁ?

- jóga pobyt za skvělou cenu v nově zrekonstruovaném čtyřhvězdičkovém hotelu s All inclusive a to včetně letenky již v ceně!
- ubytování ve dvoulůžkových pokojích s možností přistýlky nebo i v jednolůžkových pokojích za příplatek v hotelu Altamarena\*\*\*\*, který je u dlouhé písčité pláže Jandía
- stravování formou All inclusive (snídaně, obědy, večeře, nápoje v ceně)
- transfer z letiště do hotelu a zpět
- jóga program
- cvičení jógy na terase hotelu, v zahradách nebo na pláži
- dovolená s jógou a nádherná písčité pláž oceněna certifikátem Modrá vlajka

## PRO KOHO JE POBYT VHODNÝ?

Pobyt s jógou na Fuerteventuře je určen pro milovníky jógy i odpočinku. Hotel nabízí skvělé zázemí pro dovolenou s jógou. Odpočinek na pláži či u bazénu, protažení těla, vyčištění hlavy a čas jen pro sebe sama.

Pobyt je vhodný pro začátečníky i pokročilé, ženy i muže, ale i pro děti (jógový program je však vhodný pouze pro dospělé osoby).

Pro děti i necvičící osoby nabízíme zvýhodněnou cenu.

## POPIS UBYTOVÁNÍ

Komplex se nachází v jižní části ostrova Fuerteventura, který je druhým největším ostrovem z Kanárských ostrovů. Nedaleko hotelu (cca 4 km) se nachází malá rybářská vesnička Morro Jable. Z letiště je to do hotelu cca 90 km. K hotelu náleží restaurace nabízející program All inclusive.

Hotel má 24 hodinovou recepci, 2 venkovní bazény a terasu na slunění s lehátky a slunečníky.

Hotel se nachází u překrásné písčité pláže Jandía. Lehátka a slunečníky se

poskytují za poplatek.

FOTOGALERIE z předchozích pobytů na Fuerteventuře v této oblasti najdete [ZDE](#)

## **VYBAVENÍ POKOJŮ**

Jóga retreat probíhá v komfortně zařízených a klimatizovaných dvoulůžkových pokojích s možností 1 přistýlky. Součástí každého z nich je vlastní sociální zařízení. Hosté mají k dispozici televizor, vysoušeč vlasů. Trezor je nabízen za poplatek. U každého pokoje je balkon či terasa.

## **STRAVOVÁNÍ**

Program All inclusive zahrnuje snídani, obědy a večeře podávané formou bufetu. Během dne je dále připravené lehké občerstvení. V časovém rozmezí od 11 hod do 24 hod jsou rozlévané nealkoholické a místní alkoholické nápoje.

## **PLÁŽ**

Hotel se nachází cca 50-100 metrů od písečné pláže Playa de Jandía s písčítým povrchem. Lehátka a slunečníky jsou na pláži k dispozici za poplatek.

## **JÓGA PROGRAM**



Na našem společném jógovém pobytu na Fuerteventuře budeme cvičit ráno a večer. Ráda bych Vám nabídla lekce Refresh jógy, Dance jógy, Fit jógy a Relaxační jógy.

Refresh jóga je protahovací, krásně posiluje a zpevňuje celé tělo od hlavy až k patě, na závěr nesmí chybět relax se čtením při doprovodu krásné hudby. A úplně na závěr vždy lidem říkám krásné moudro, které jim má něco říct, aby se zamysleli.

Dance jóga – taneční – je plynulé spojení jógových pozic v lehce tanečním rytmu při doprovodu krásné vybrané hudby. Dance jóga je velmi oblíbená, krásně se u ní uvolníte, na vše zapomenete:) Dance jóga se moc líbí. Jógovou choreografii si skládám sama.

Fit jóga – je více silová, dynamičtější. Krásně zpevňuje a tvaruje postavu.

Relaxační jóga – jemná jóga, pomalejší, uvolňuje tělo, mysl i ducha. Je moc příjemná. Na závěr nechybí relaxační čtení nebo meditace.

Cvičení bude probíhat v zahradách hotelu nebo na pláži.

## **HODNOCENÍ CK**

Chcete si užít dovolenou u moře s jógou a programem all inclusive? Hotel je ideální volbou pro milovníky krásných nekonečných dlouhých písečných pláží. Nachází se kousíček od pláže a příjemnou procházkou podél moře od začátku střediska Morro Jable – Jandía, kde je nespočet obchodů, restaurací, barů, do centra letoviska vede krásná promenáda podél pobřeží oceánu. Krásná velká terasa na cvičení jógy v hotelu, doporučujeme i pro rodiny s dětmi.

## **TIP PRO VÁS:**

Na jógu u moře 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.*

*U zájezdů označených jako Jóga zájezd si Cestovní kancelář vyhrazuje právo změnit 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

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

# Ceník

---

**CENA: 26.200 Kč / osoba**

## **STANDARD POKOJE:**

**Cena 26.200 Kč / osoba / pobyt**

**Cena zahrnuje:** zpáteční letenky Praha – Fuerteventura – Praha, transfery letiště – hotel – letiště, ubytování na 7 nocí v pokoji standard, informační schůzka s českou delegátkou, all inclusive, lekce jógy s jóga lektorkou (v příletový a odletový den jóga není), pojištění CK proti úpadku

Pokoje standard jsou orientované do nefrekventované ulice. Možnost připlatit si za pokoj view (výhled do zahrady/na bazén).

Cena za osobu v jednolůžkovém pokoji – příplatek 3.500 Kč / pobyt

Cena 3. osoba na přistýlce: sleva 2.000 Kč / pobyt

Cena pro necvičící osobu: 24 250 Kč / osoba / pobyt

## **Family room**

Cena za dospělou osobu v pokoji typu Family – +1500 Kč / os. / pobyt

## **Dětské ceny:**

Dítě 0-1,99 let 1.000 Kč osoba / pobyt – **DŮLEŽITÉ:** nesmí přesáhnout věk 2 let v průběhu pobytu, poté už hradí letenku a vyšší cenu níže

Dítě 2-6,99 let v doprovodu 2 dospělých osob 9.900 Kč osoba / pobyt

Dítě 7-11,99 let v doprovodu 2 dospělých osob 15.900 Kč osoba / pobyt

**Single parent** = 1 dospělá osoba s dětmi na pokoji – 1-2 děti (2-11,99 let v doprovodu 1 dospělé osoby) 15.900 Kč osoba / pobyt

## **VIEW POKOJE S VÝHLEDEM (do zahrady / na bazén):**

**Cena: 28.000 Kč osoba**

**Cena zahrnuje:** zpáteční letenky Praha – Fuerteventura – Praha, transfery letiště – hotel – letiště, ubytování na 7 nocí v pokoji view, informační schůzka s českou delegátkou, all inclusive, lekce jógy s jóga lektorkou (v příletový a odletový den jóga není), pojištění CK proti úpadku

Cena za osobu v jednolůžkovém pokoji view – příplatek 5.500 Kč / osoba / pobyt

Cena 3. osoba na přistýlce: sleva 2.000 Kč / osoba / pobyt

Cena pro necvičící osobu: 26.050 Kč / osoba / pobyt

## **Family room**

Cena za dospělou osobu v pokoji typu Family: + 2.500 Kč osoba / pobyt

## **Dětské ceny:**

Dítě 0-1,99 let 1.000 Kč osoba / pobyt



Dítě 2-6,99 let v dopr. 2 dosp. osob 10.500 Kč osoba / pobyt

Dítě 7-11,99 let v dopr. 2 dosp. osob 16.900 Kč osoba / pobyt

**Single parent** = 1 dospělá osoba s dětmi na pokoji – 1-2 děti (2-11,99 let v dopr. 1 dosp. osoby) 16.900 Kč osoba / pobyt

**Cena nezahrnuje:** cestovní a storno pojištění v případě storna ze zdravotních důvodů – Union za 560 Kč / osoba / pobyt

Bližší informace o pojištění [ZDE](#)

Zapůjčení ručníků za poplatek 5,-€ + 5,-€ depozit

Minimální počet účastníků: 15 dospělých osob

**Záloha nyní: 10.000 Kč / osoba**

Zaplacená záloha je v případě storna ze strany klienta nevratná. V případě, že se osoba nemůže zakoupeného zájezdu zúčastnit, může si za sebe najít náhradníka, na kterého bude pobyt převeden. V případě, že se klient nemůže pobytu zúčastnit ze zdr. důvodů a má sjednané cestovní a storno pojištění ze zdravotních důvodů, může požádat o náhradu pojišťovny.

Doplatek: 2 měsíce před odjezdem (do 16. 7.2021), poté se pro rezervaci hradí celková částka pobytu.

Check in: od 14:00

Check out: do 12:00

## AKTUÁLNÍ OPATŘENÍ, COVID INFORMACE:

### ● PŘED ODLETEM na Kanárské ostrovy

**vyplnit Zdravotní formulář** (tzv. FCS health control form)

Zdravotní formulář lze vyplnit elektronicky nebo v bezplatné aplikaci SPAIN TRAVEL HEALTH-SpTH (ke stažení pro iOS a Android), a to nejdříve 48 hod před odletem. Po vyplnění údajů Vám bude vygenerován QR kód, kterým se prokážete po přiletu do destinace. V případě, že si chcete QR kód vygenerovat dříve než na letišti (doporučujeme), uveďte číslo sedačky 88L. Není nutné následně opravovat na konkrétní sedačku, kterou obdržíte při odbavení na letišti. Manuál k vyplnění povinného elektronického formuláře naleznete ZDE.

Poskytovatelé ubytování na Kanárských ostrovech však nadále u všech osob starších 11,9 let požadují na recepci předložení jednoho z následujících certifikátů:

#### **certifikát o negativním výsledku antigenního nebo PCR testu**

Výsledek testu nesmí být starší než 72 hodin před datem a hodinou přiletu na ostrov a je nutné ho doložit digitálním certifikátem EU (TEST), případně lze použít i mezinárodní certifikát vystavený laboratoří. TIP: Pro naše klienty jsme otevřeli nové testovací centrum v těsné blízkosti letiště Václava Havla Praha v obchodním centru POP.

#### **certifikát o prodělané nemoci**

Tuto skutečnost je nutné doložit digitálním certifikátem EU (RECOVERY) a musí být splněny tyto lhůty:

- od prvního pozitivního výsledku RT-PCR testu uplynulo alespoň 11 dní
- od prvního pozitivního výsledku RT-PCR testu neuplynulo více než 180 dní

#### **certifikát o očkování**

Tuto skutečnost je nutné doložit digitálním certifikátem EU (VACCINATION) a musí být splněny tyto lhůty:

- a) od první dávky očkování před přiletem na ostrov uplynulo alespoň 15 dní, ale ne více než 4 měsíce
- b) od dokončeného kompletního očkování před přiletem na ostrov uplynulo alespoň 14 dní

---

### ● PŘED ODLETEM z Kanárských ostrovů

vyplnit **Příjezdový formulář** ZDE

mít **negativní antigenní test**

Výsledek antigenního testu nesmí být starší než 48 hodin před odletem, výsledek PCR testu nesmí být starší než 72 h. Na každém z ostrovů jsou našim klientům k dispozici naše partnerská odběrová místa za zvýhodněnou cenu.

Testování bude probíhat za asistence naší české delegátky v hotelu, nemusíte mít tedy strach, pokud se nedomluvíte anglicky. Budeme se snažit vše naplánovat tak, aby se otestovala najednou celá skupinka a co nejméně Vám to narušilo ráz dovolené. (cena je okolo 25-30 EUR cca)

## PO PŘÍLETU DO ČR:

### **podstoupit kontrolní PCR test**

Test je možné podstoupit nejdříve 5. den po příletu, nejpozději však 14. den po příletu. Do výsledku testu je nutné dodržet samoizolaci. TIP: Pro naše klienty jsme otevřeli nové testovací centrum v těsné blízkosti letiště Václava Havla Praha v obchodním centru POP.

### **VÝJIMKY:**

#### **pro děti do 5,9 let:**

Vyplnit příjezdový formulář – NEMUSÍ  
Podstoupit testy na ostrovech – NEMUSÍ  
Podstoupit testy po příletu do ČR – NEMUSÍ

#### **pro děti 6 – 11,9 let:**

Vyplnit příjezdový formulář – MUSÍ  
Podstoupit testy na ostrovech – NEMUSÍ  
Podstoupit testy po příletu do ČR – MUSÍ a to do 5 dnů po vstupu na území ČR

**pro ty, kdo nemoc prodělali** (pouze za předpokladu, že cestující tuto skutečnost doloží digitálním certifikátem EU (RECOVERY), a že od prvního pozitivního výsledku RT-PCR testu uplynulo alespoň 11 dní, ale ne však více než 180 dní):

Vyplnit příjezdový formulář – MUSÍ  
Podstoupit testy na ostrovech – NEMUSÍ  
Podstoupit testy po příletu do ČR – NEMUSÍ

**pro ty, kdo mají dokončené očkování** (pouze za předpokladu, že cestující tuto skutečnost doloží digitálním certifikátem EU (VACCINATION), a že od poslední dávky uplynulo alespoň 14 dní):

Vyplnit příjezdový formulář – MUSÍ  
Podstoupit testy na ostrovech – NEMUSÍ  
Podstoupit testy po příletu do ČR – NEMUSÍ

Informace prosím vždy sledujte i na portálu [mzv.cz](https://www.mzv.cz):

[https://www.mzv.cz/jnp/cz/cestujeme/aktualni\\_doporuceni\\_a\\_varovani/podminky\\_navra](https://www.mzv.cz/jnp/cz/cestujeme/aktualni_doporuceni_a_varovani/podminky_navra)

**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: Dagmar Zemanová



Jmenuji se Dáša Zemanová a jsem ze Zlína. V současné době působím v jógovém studiu ve Zlíně, kde mám pravidelné lekce, teď i online.

Jóga se stala neodmyslitelnou součástí mého života a pokládám ji za jednu z nejpřirozenějších a nejzdravějších aktivit. Zajímá mě, jak jóga působí na tělesné a duševní zdraví člověka. Náš pohled na svět je ovlivněn zdravím, ale i tím, jak se cítíme. Být člověkem s dobře fungujícím tělem je to pravé štěstí života.

V roce 2017 jsem se po úspěšném absolvování rekvalifikačního vzdělávacího programu v Praze stala lektorkou jógy. Od této doby se naplno věnuji józe. Než jsem se stala lektorkou, sama jsem praktikovala jógu 10 let.

Věnuji se Refresh józe, což je protažení, posílení, zpevnění, uvolnění a nakonec zklidnění od hlavy až k patě. Jóga je vhodná pro všechny.

Dále se věnuji Dance józe (taneční józe), což je plynulé spojení jógových pozic v lehce tanečním rytmu za doprovodu vybrané krásné hudby. "Jógovou choreografií" si skládám sama a moc mě to baví. Dance je velmi oblíbená a moc se líbí.

Mám i pár lekcí Refresh jógy na youtube . Zenergy joga – Refresh jóga s Dášou Zemanovou.

Na jógovém pobytu na Kanárských ostrovech budu mít lekce Refresh jógy i Dance jógy ráno i večer, ale záleží na domluvě.

Kontakt na lektora:

mobil - 603849252

FB - Dagmar Zemanová, IG - dagmar\_zemanova\_yoga







