

# JÓGA VÍKEND na Českém ranči – listopad 2020 s Petrou Pikkelovou



**cena již od 4.200 Kč / osoba**

## **Cena zahrnuje:**

ubytování na 2 noci  
polopenze  
jóga program s Petrou Pikkelovou  
využití prostor ubytování  
sauna  
možnost masáží, jízd na koni  
pojištění CK proti úpadku

## CO VÁS ČEKÁ?

- víkendové jógování na Českém ranči v Zákupech
- k dispozici nám bude celý areál
- ubytování v různých typech pokojů (viz ceník)
- pro pobyt je zajištěna polopenze (snídaně a večeře)
- možnost využití sauny
- možnost objednání sauny a jízd na koni

## PRO KOHO JE POBYT VHODNÝ?

- pro všechny :)
- začátečníky i pokročilé
- všechny věkové kategorie

## JÓGA LEKCE

Petra: “Na svých pobytech učím dynamičtější vinyasu, 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. Některé dny místo lekce zařadím asánový workshop a nebo klidnou yinovou praxi.”

pátek: večerní jóga 90 min

sobota: ranní jóga 90 min

sobota: večerní jóga 90 min

neděle: ranní jóga 90 min

Minimální počet účastníků: 13 osob

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.*

## POPIS UBYTOVÁNÍ

### POKOJE

1. Apartmán pro 2 osoby s vlastní koupelnou a wc – manželská postel – **OBSAZENO**
2. Apartmán pro 2 osoby s vlastní koupelnou a wc – manželská postel – **OBSAZENO**
3. Apartmán pro 3 osoby s vlastní koupelnou a wc – manželská postel a palanda **OBSAZENO**
4. Apartmán pro 3 osoby s vlastní koupelnou a wc – manželská postel a palanda **OBSAZENO**
5. Penzionek se 2 pokoji se společnou koupelnou a wc – v každém pokoji manželská postel a palanda (každá ložnice bude obsazena 2 osobami, které sdílí koupelnu) **1 LOŽNICE OBSAZENO, 1 LOŽNICE VOLNÁ**
6. Zateplená chata pro 2 os. – manželská postel a palanda (bude obsazeno 2 osobami) **OBSAZENO**
7. Zateplená chata pro 2 os. – manželská postel a palanda (možné obsadit i 3 osobami)
8. Zateplená chata pro 2 os. – manželská postel a palanda (možné obsadit i 3 osobami)

Chaty nemají vlastní sociální zařízení. Sociální zařízení se nachází vedle v hlavní budově.

### STRAVOVÁNÍ

V ceně pobytu je polopenze. Catering zajišťuje Michal Pítek – Wildcook. Ukázka jeho práce [ZDE](#).

### SLUŽBY

Možnost objednání **masáží**.

- relaxační masáž
- masáž lávovými kameny
- relaxační smyslná masáž
- kombinovaná masáž

Dále možnost objednání **terapií** – Kvantová terapie, Dornova metoda, Osteodynamika

Více informací [ZDE](#).

Možnost **jízd na koni**.

Více informací [ZDE](#).

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

**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

---

**4.800 Kč / osoba / pobyt v apartmánu pro 2 osoby**

**4.600 Kč / osoba / pobyt v apartmánu pro 3 osoby**

**4.600 Kč / os. / pobyt v penzionu se 2 ložnicemi a společnou koupelnou**

**4.200 Kč / osoba / pobyt v chatce bez vlastního soc. zařízení (je v hlavní budově vedle)**

**Cena zahrnuje:** 2x ubytování, polopenze, jógový program s Petrou Pikkellovou (viz záložka Popis), využití areálu ubytování, sauny, pojištění CK proti úpadku.

Minimální počet účastníků: 13 platících osob

**Záloha nyní: 2.500 Kč / osoba**

**Zaplacená záloha je nevratná.**

Doplatek: 3 měsíce před odjezdem, tedy do 4. 8. 2020 (pondělí)

**Informace, rezervace:**

**Ing. Nikola Odvárková**

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

tel. +420 702 047 307

email: 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>















