

# JÓGA VÍKEND NA VALAŠSKU – LEDEN s Juditou Berkovou



**cena 3.990 Kč / osoba**

## **Cena zahrnuje:**

polopenze  
ubytování na 2 noci  
lekce jógy  
vstup do wellness Grandhotelu Tatra  
vstup do sauny v chalupě zdarma  
pojištění CK proti úpadku

# ZIMNÍ JÓGOVÁNÍ NA VALAŠSKU

## S JUDITOU BERKOVOU

**Prohřejte své tělo v zimních měsících nejen jógou, ale i wellness a saunou, které Vám budou na místě k dispozici zdarma!**

### CO VÁS ČEKÁ?

- ubytování v krásné typické valašské chalupě v malebné krajině CHKO Beskydy (Velké Karlovice)
- polopenze
- wellness v luxusním hotelu Grandhotelu Tatra ZDARMA (nachází se cca 2 km od chalupy)
- neomezené saunování přímo v chalupě
- lekce jógy a meditace s Juditou Berkovou
- možnost lyžování (vlek pouze 300 metrů od chalupy!)

### PRO KOHO JE POBYT VHODNÝ?

- pro všechny milovníky jógy, přírody, dobrého jídla a odpočinku (navíc i pro milovníky lyžování a zimních sportů)
- pro osoby starší 16 let, muže, ženy, páry, známé i jednotlivce, kteří nemají s kým vyrazit (možnost hlásit se i individuálně a sdílet apartmán s další klientkou)

### POPIS UBYTOVÁNÍ

- chalupa se nachází v malebné krajině CHKO Beskydy, kde si přijdou na své návštěvníci jak v letních, tak v zimních měsících
- v zimě je možné sportovní vyžití ve SKI areálu SYNOT – Kyčerka, který se nachází v těsné blízkosti chalupy
- zde se také nachází stylová hospoda Kyčerka vítězná hospoda na Valachách v r. 2012, kde probíhá polopenze
- v chalupě se nachází 5 stylových apartmánů
- v přízemí se nachází společenská místnost se vstupem do sauny a krbovými kamny, místností na uložení lyží
- v prvním patře se nachází apartmány – každý má obývací pokoj s TV+SAT, 2 dvoulůžkové ložnice se společným šatníkem, plně vybavenou kuchyň nádobím, lednicí a mrazákem, sklokeramická deska, horkovzdušná trouba a varná konvice, koupelna se sprchou a WC
- wellness k dispozici v Grandhotelu Tatra

# **JÓGA LEKCE**

## **JAK SI PLNIT SVÉ SNY DÍKY JÓZE**

Je to strach nebo je to intuice?

Jak si ze svého těla udělat svého partnera ve vědomé tvorbě vlastní reality... to bude tématem našeho jógového víkendu.

## **Harmonogram:**

### **Pátek**

17:30 – 18:30 Jóga

Téma: Jak se cítím, je to nejdůležitější

### **Sobota**

7:30 – 8:30 Jóga

Téma: Zvědomování vnitřních bariér a rozpouštění tělesných zamrzlinek

17:30 – 19:30 Jóga a aktivní meditace

Téma jógové praxe: Moudrost bojovníka: hrdinství a přátelství jako pilíře vědomé tvorby reality

Aktivní meditace: Kundalini meditace na rozprouzení životní energie

### **Neděle**

7:30 – 8:30 Jóga

Téma: Rozšiřování komfortní zóny aneb jdu svým snům naproti

Maximální kapacita 19 osob + lektorka

**Přihlášení nejpozději do 12.10.2018!**

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 os instruktora jógy v případech, kdy se z vážných důvodů instruktor jógy nemůže pobytu zúčastnit.

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

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

# Ceník

---

**CENA: 3.990 Kč / osoba / pobyt**

**Cena zahrnuje:** 2x ubytování, polopenzi, jógový program s Juditou Berkovou (viz záložka Popis), wellness v Grandhotelu Tatra (cca 2 km od chalupy), sauna přímo v chalupě, pojištění Ck proti úpadku

**Kapacita:** 5 apartmánů – každý se 2 oddělenými ložnicemi pro celkem 4 osoby (viz fotografie a popis ubytování)

**Záloha pro závaznou rezervaci:** 2 000 Kč / osoba

**Doplatek:** do 1. 12. 2018

Přihlášení nejpozději do 12.10.2018!

**Check in: od 14 hod**

**Check out: do 10 hod**

**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)

# Jóga

---

## O LEKTORCE JÓGY: JUDITA BERKOVÁ

Judita Berková je certifikovaná lektorka jógy. Jógu praktikuje od roku 2010 a od roku 2014 jí vyučuje. Učí jógu v Praze v malých a ve velkých skupinách, pořádá jógové zájezdy po celém světě, je autorkou jógových programů a navrhuje svoje vlastní jógové oblečení – JÓGOVÉ ŠATY. Prošla přes sólovou dráhu baletky a tanečnice, přes vyučování aerobiku v USA, až k józe, do které se bezhlavě zamilovala. Autorka jógového programu 10 DNÍ S JÓGOU, meditačního přístupu k ásanam v jógovém kurzu POSELSTVÍ ÁSAN, meditačního balíčku MEDITACE BOJOVNÍKA a TANEČNÍ MEDITACE 4 ARCHETYPŮ ŽENSTVÍ.

Spoluzakladatelka projektů La Que Sabe, který pořádá celodenní tančení a jógová setkání a podporuje ženy v přijetí vlastního těla a ženskosti. Judita spolupracuje na dalších projektech (Přirozená antikoncepce a vědomé milování a Cesta Extáze), které se zaměřují na moudrost těla a život plný radosti a lehkosti. Vede ženské kruhy, meditace a žije jógu každý den.





Moc se na Vás těším!

**Judita Berková**

YOGA LIFE HAPPY LIFE

POSELSTVÍ ÁSAN

10 DNÍ S JÓGOU

MEDITACE BOJOVNÍKA

**[www.yogalifehappylife.cz](http://www.yogalifehappylife.cz)**

[judita@yogalifehappylife.cz](mailto:judita@yogalifehappylife.cz)



jana@yogalifehappyllife.cz?

## JÓGOVÉ ŠATY

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













# LOVE Yoga







