

# JÓGA VÍKEND V JIZERKÁCH (resort Montanie) červenec se Zuzanou Šimečkovou (Čurdovou)



**cena 5.980 Kč / osoba**

## **Cena zahrnuje:**

ubytování na 2 noci  
polopenze  
jógový program  
wellness (vnitřní nerezový bazén 35m<sup>2</sup>, finská sauna, pára, whirlpool, relaxační  
místnost, sluneční terasa)  
sál na cvičení

**Letní víkend s jógou v Jizerkách. Tento červencový jógový pobyt pod vedením lektorky Zuzany Šimečkové (Čurdové) v horském prostředí bude příležitostí vypnout a pročistit jak tělo, tak i mysl. Meditace, jóga a neomezené wellness v ceně.**

**Zázemí nám poskytne Montanie resort, který je prvním jizerskohorským resortem a Vám navodí pocit jako byste byli v Alpách. Vůni lesa a dřeva si budete užívat nejen venku, ale i v krásných horských pokojích s výhledem na přehradní nádrž Souš. Montanie Resort je členem Amazing Places, což samo o sobě vypovídá o vysoké kvalitě!**

## **CO VÁS ČEKÁ?**

- pobyt v horské přírodě
- načerpání energie a prohloupení jógové praxe
- luxusní ubytování
- polopenze
- lekce se Zuzanou Šimečkovou
- neomezené wellness v ceně

## **PRO KOHO JE POBYT VHODNÝ?**

- pro začátečníky i pokročilé v józe
- pro ty, kteří mají chuť prohloubit svou praxi jógy
- pro osoby starší 16 let, muže, ženy, páry i známé i jednotlivce, kteří nemají s kým vyrazit
- pobyt je určen pouze pro dospělé osoby

## **JÓGA LEKCE**

Jóga lekce budou probíhat ráno a večer.

Během pobytu Vás provedu ranními a večerními lekcemi jógy, které jsou vhodné jak pro úplné začátečníky, tak i pro ty, kteří jógu už nějaký ten pátek praktikují. Pozice lze modifikovat tak, abychom je mohli provádět i v případě nějakého zdravotního omezení. Lekce vedu podle aktuálního nastavení a naladění dané skupiny a věřím, že každý si z nich odnese to, co zrovna potřebuje.







Minimální počet účastníků: 15 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

Ubytování v pokojích vonících dřevem, které nemá v Jizerkách srovnání. Lesní areál resortu při přehradní nádrži Souš. Ideální výchozí bod k cyklo i pěší turistice do celých Jizerských hor, nástupní místo upravované běžkařské zimní stopy.

Z původního rekreačního zařízení státu Darré vznikl pře 10 lety hotel montanie. Svě stálé hosty uchvacoval zejména bezprostředním kontaktem s jizerskohorskou přírodou, plnil svým jednoduchým uspořádáním a čistotou roli dobrého horského hotelu. Po deseti letech se nyní hotel mění v resort montanie. Renovací, opravami, údržbou a novou koncepcí designu se jako zázrakem bývalý průměrný hotel stává bezkonkurenčním horským resortem, který nabízí nejlepší ubytování a zázemí v Jizerských horách.

Veškeré stavby v resortu jsou příjemně rozptýleny v části areálu a podstatnou část areálu tvoří vzrostlý smrkový les, plynule přecházející do státních lesů. Jednotlivé ubytovací stavby mají kapacitu 2 až 12 pokojů nebo apartmánů, přičemž každý ubytovací objekt je svým uspořádáním jedinečný.

Vášní majitelů resortu je dřevo. Jako nezaměnitelný sjednocující prvek resortu je unikátní zevní dřevěný obklad obytných budov, ke kterému se využívá výlučně odpadní (palivové) dřevo z výroby trámů, hranolů a fošen. Dřevo najdete spolehlivě hned v několika podobách v každém pokoji či apartmánu. Nejenže máme dřevěná okna, naprostá většina pokojů má ušlechtilou podlahu z olejovaného dřeva, většina pokojů má část stěn obložené dřevěnými materiály. Z masivního dřeva jsou stoly, židle, lavice i solitérní dřevěné artefakty.

Důležité:

*Vážení hosté, nacházíte se v srdci Jizerských hor uprostřed vzrostlých lesů a divoké přírody, berte prosím na vědomí, že pokrytí mobilního i datového signálu je u nás téměř nulové.*

## **POKOJE**

K dispozici jsou krásné dvoulůžkové pokoje nebo jednolůžkové pokoje (za příplatek) s moderním vybavením a výraznými prvky dřeva. V pokojích najdete především klid, pěkné výhledy na různé světové strany a široký výběr různých uspořádání pokojů. Všechny pokoje jsou vybaveny novými nadstandartně velikými lůžky 1x 2,1m se zdravotními matracemi, mají luxusní koupelny všechny vybavené skleněnými sprchovými kouty a bidety.

## **STRAVOVÁNÍ**

Panoramatická restaurace je součástí resortu montanie ve výšce 777 m. n. m.

Pár metrů nad hladinou vodní nádrže Souš, na kterou je výhled ze všech oken. Panoramatická restaurace je luxusní večerní restaurace pro bydlící hosty z objektů A,B,F,G . V případě volné kapacity také po předchozí rezervaci pro ostatní hosty. Rustikální restaurace s barem a posezením u krbu (denní a veřejná restaurace) má celodenní provoz, podávají se zde snídaně hotelovým hostům a je otevřena po celý den nebydlícím hostům. V těsné blízkosti obou restaurací se nachází také vstup do hotelové vinárny, kde si můžete sami vybrat víno k večeři, posedět přímo ve vinárně, nebo se zúčastnit resortem pořádaných degustací.

Pro jógový pobyt jsme pro Vás připravili polopenzi. Obědy je možné zajistit v hotelové restauraci nebo v okolí.

## **AKTIVITY**

Jizerské hory jsou již vyhlášeným rájem pro pěší turistiku, jízdní kola, běžky (přímo před hotelem jedno z nástupišť na Jizerskou magistrálu, fotografování přírody, ale i pozorování zvěře včetně jelenů. I sjezdovému lyžování se můžete věnovat přímo v Desné, či nedalekém Harrachově. Přímo před hotelem je kvalitní v délce více než dvou km zcela hladká a Soušskou vodní nádrž obkreslující asfaltová komunikace

využívaná in line bruslaři.

HORSKÁ CHATA SMĚDAVA – (německy Wittighaus) leží v nadmořské výšce 847 m u sezónně otevřené Smědavské silnice (následně Soušské silnice), která překonává hřeben Jizerských hor mezi Hejnicemi a osadou Souš u Soušské přehrady. Chata leží zhruba mezi vrcholy Jizera (1 122 m) a Plochým vrchem (939 m) v blízkosti Černých jezírek a rašelinišť Jizery.

Check in: od 14:00

Check out: do 10:00

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: 5.980 Kč / osoba / pobyt**

**Cena zahrnuje:** 2 noci ubytování ve dvoulůžkovém pokoji, snídaně, jógový program (viz záložka Popis), neomezený vstup do wellness (vnitřní nerezový bazén 35m<sup>2</sup>, finská sauna, pára, whirlpool, relaxační místnost, sluneční terasa), pronájem sálu na cvičení

## **Cena necvičící: 5.180 Kč / pobyt**

## **Cena při ubytování v jednolůžkovém pokoji = + 1700 Kč / osoba / pobyt**

Minimální počet účastníků: 15 platících osob

**Pro závaznou rezervaci se hradí celková částka pobytu.**

## **Důležité informace:**

Informace vyplývající z nařízení vlády pro poskytování ubytovacích služeb:

Poskytovat ubytovací služby bude možné všem, kteří nemají žádné příznaky

onemocnění covid-19 a prokáží, že splňují jednu z následujících podmínek:

. Klienti se musí při příjezdu prokázat negativním testem PCR z

odběrového místa, který není starší než 7 dní. Antigenní z odběrového místa,

který není starší než 72 hodin. Tento test může nahradit potvrzení ze

zaměstnání či ze školy (čestné prohlášení zákonných zástupců), kde byl test

s negativním výsledkem absolvován, nejdéle však před 72 hodinami před

nástupem na ubytování. – zde buď potvrzení od zaměstnavatele či čestné

prohlášení od zaměstnance s tím, že uvede svého zaměstnavatele, kde byl test

proveden

. Klienti, kteří podstoupili obě dávky očkování proti onemocnění

covid-19 a zároveň od poslední dávky uplynulo alespoň 14 dnů, mohou být

ubytováni bez dalšího testování. Nutné doložit písemným potvrzením.

. Klienti můžou také podstoupit samo testování antigenním testem ihned

při příjezdu přímo na recepci resortu. Tyto testy jsou klientům k dispozici

za poplatek.

. Ubytování bez testování je možné i v případě, že klient prodělal

onemocnění covid-19, uplynula doba nařízené izolace a od prvního pozitivního PCR nebo POC antigenního testu neuběhlo více než 180 dnů. Nutné písemné doložení vystavené zodpovědnou osobou.

. Děti do 6 let jsou z povinnosti prokázání vyjmuty.

Nutné ve všech společných prostorách nasazený respirátor či jiný ochranný prostředek. Desinfekce při vstupu do budovy, restaurace, terasy.

**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: Zuzana Šimečková





Je to pár let, co jsem si začala uvědomovat spojení těla, mysli a duše. Neexistuje pouze jedno nebo druhé. Jsme celek, který mě svou dokonalostí fascinuje čím dál víc. Fyzické tělo vnímám jako dokonalý systém, kterému je třeba se naučit naslouchat.

Právě jóga mě naučila vnímat své tělo a skrze něj pracovat s myslí. Díky tomu jsem postupně začala objevovat své skutečné Já. A přestože je jóga stále mnohými vnímána hlavně jako fyzické cvičení, nabízí nám mnohem víc než jen pevné a pružné tělo. Jógová praxe nás navrácí do rovnováhy na spoustě úrovních a může pomoci i v případě různých zdravotních projevů.

Od roku 2016 jsem lektorkou Hatha jógy. Následně i jógy pro děti a rodiny, gravid jógy a hormonální jógové terapie pro ženy podle Dinah Rodrigues. Neustále se vzdělávám jak v oblasti jógy, tak v celostním přístupu k nám samotným.

Věnuji se terapii pomocí Bachových esencí, kterou jsem před několika lety vyzkoušela na vlastní kůži, když mi bylo nejhůř. Celkově je mi velmi blízké téma emocí. Ty jsem postupně začala vnímat jako úžasné učitele a ne nepřítel, kterého je třeba potlačit, když se hlásí o slovo. Své poznatky s radostí předávám všem, kteří o ně stojí.

Na konci roku 2019 jsem založila Open Mind Project, jehož misí je osvěta v oblasti

osobního rozvoje a uvědomění, že každý z nás je zodpovědný za svůj život a za to, co se v něm odehrává. A hlavně – že každý z nás má vše, co potřebuje vždy k dispozici. Uvnitř sebe.

Během pobytu Vás provedu ranními a večerními lekcemi jógy, které jsou vhodné jak pro úplné začátečníky, tak i pro ty, kteří jógu už nějaký ten pátek praktikují. Pozice lze modifikovat tak, abychom je mohli provádět i v případě nějakého zdravotního omezení. Lekce vedu podle aktuálního nastavení a naladění dané skupiny a věřím, že každý si z nich odnese to, co zrovna potřebuje.

Moc se na Vás všechny těším. Namaste. Zuzka.

[zuzanasimeckova.cz](http://zuzanasimeckova.cz)

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

[zuzana.simecek@gmail.com](mailto:zuzana.simecek@gmail.com)

+420 603 172 031







