

JÓGA VÍKEND V ORLICKÝCH HORÁCH – resort Amenity – listopad se Simonou Hruškovou



Cena 5.190 Kč / osoba

Cena zahrnuje:

ubytování na 2 noci
polopenze
jógový program
neomezený vstup do bazénu
60 min wellness os. / den
Wi-Fi
parkovné

Podzimní víkend láká naše těla k odpočinku v Orlických horách v resortu Amenity Hotel & Resort Orlické hory.

Čtyřhvězdičkový hotelový resort s výbornou kuchyní je ideálním místem pro odpočinek a wellness.

Oáza klidu a pohody vhodná pro relaxaci před zimním obdobím.

Sportovní aktivity s několika turistickými cíli v okolí.

Právě toto místo jsme vybrali pro další společný jóga víkend s lektorkou Simonou Hruškovou.

CO VÁS ČEKÁ?

- víkend s jógou v Orlických horách
- jóga program s lektorkou Simona Hruškovou
- polopenze
- wellness v ceně pobytu

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

Lekce budou vedené ve stylu vinyása jógy. Jemné i dynamičtější. Pohyb budeme vázat na náš dech. V pozicích pak několik dechů setrváme. Procítíme tělo a budeme se učit ho respektovat takové, jaké je. Pro hlubokou relaxaci těla a mysli rozpustíme přebytečné napětí večerní lekcí jin jógy. Jógový workshop nám pomůže prohloubit naši jógu praxi o kousek dál. Řekneme a vyzkoušíme si tipy dechu i pohybu, které můžeme aplikovat do naší ásánové praxe.

PROGRAM

PÁTEK 19.11.

16:00 -17:30 Vinyása na přivítanou

20:00 – 21:00 Jin jóga

SOBOTA 20.11.

8:00 – 9:30 Ranní vinyása / dech, ásana, meditace

16:30 – 18:30 Jógový workshop na téma

NEDĚLE 21.11.

8:00-9:30 Ranní vinyása / dech, ásana, meditace

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

Nový resort v Orlických horách vznikl rekonstrukcí hotelového komplexu s původním jménem Alfa Resort. Od léta 2019 do jara 2021 probíhá v resortu rozsáhlá rekonstrukce, zejména hlavní ubytovací části a wellness zóny. V tomto období bude resort pro návštěvníky uzavřen. Pod novým jménem Amenity Hotel & Resort Orlické hory přivítáme první návštěvníky na jaře 2021.

POKOJE

Pro jóga víkend jsme pro Vás připravili ubytování ve dvoulůžkových pokojích.

STRAVOVÁNÍ

Restaurace se zimní zahradou a terasou s výhledem na Orlické hory. Přijďte ochutnat speciality regionální kuchyně a čerstvá polední menu laděná podle ročních období a sezónních surovin od místních dodavatelů. V zimě vás v zimní zahradě zahřeje parní krb a v létě si můžete užívat sluníčko na terase. Polopenze formou bufetu je zahrnuta v ceně víkendu s jógou.

WELLNESS

Načerpejte sílu v našem hotelovém wellness v Orlických horách. K dispozici vám bude bazén s protiproudem a masážními tryskami, vířivka, finská sauna, bylinná a parní sauna, Kneippův chodník, venkovní ochlazovací bazén, lehátka v odpočívárně i u bazénu a výběr relaxačních masáží.

AKTIVITY

Kam vyrazit v okolí Deštného v Orlických horách?

Oblast Orlické hory a Podorlicko je nabitá divokou přírodou, pestrými aktivitami a zajímavými místy, které stojí za to navštívit. Deštné v Orlických horách je tak ideálním výchozím bodem pro nespočet výletů.

[Kačenčina stezka](#)

Již 300 let vládne v letním období Orlickým horám princezna Kačenka. Její pohádková cesta vedoucí v okolí Deštného v Orlických horách je plná zážitků a poznání. Můžete se těšit na osmnáct stanovišť s interaktivními prvky a úkoly pro celou rodinu a další pohádkové postavy, které vás budou provádět celou stezkou. Posbírejte všechny razítka, získejte odměny a postupte do slosování o hodnotné ceny. Kačenka je vládkyně hor, která nemá v českých zemích obdoby.

Adventure park

Lanový park • Adventure golf • Víceúčelové hřiště • Adventure půjčovna •
Fotbalgolf • Pumptrack dráha • Workout hřiště

Pevnosti Dobrošov, Hanička, Skutina

Ve vojenských pevnostech Dobrošov, Hanička a Skutina je k vidění několik hlavních, dělostřeleckých srubů, muniční skladů, kasáren, ošetřoven, bunkrů a dalších součástí předválečného opevnění budovaného ve 30. letech 20.století. Náučné stezky vás provedou přes pevnosti a odkryjí historii předválečné doby.

Kostel Neratov

Celý Neratov je významným poutným místem již od druhé poloviny 17. století. Základní kámen Kostela Nanebevzetí Panny Marie položil majitel panství Johann Karl z Nostitz-Rhieneck 14. srpna 1723. Na konci 2. světové války kostel vyhořel a zbylo z něho jen torzo. Po roce 2020 dochází k jeho postupné rekonstrukci a proslavil se svou skleněnou střechou. Od roku 1992 je kostel zapsaný na seznamu kulturních památek.

Zámek Častolovice

Zámek Častolovice sahá svou historií až do 13. století, kdy zde stála původní vodní tvrz. Jan Bedřich z

Oppersdorfu a jeho žena Magdaléna z Donína nechali v letech 1588 – 1615 přestavit tuto tvrz na renesanční zámek. V roce 1992 byl zámek v restituci navrácen současné majitelce Dianě Phipps Sternbergové. Ta na zámku žije a stále pracuje na jeho správě a zvelebování. Architektura zámku je složena s renesančních a ranně barokních prostorů. Můžete se těšit na fresky, renesanční a kazetové stropy, obrazy, zámeckou knihovnu, anglický park a zvěřinec.

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

tel. +420 702 047 307

email: odvarkova@villasresorts.cz

Ceník

CENA: 5 190 Kč / osoba / pobyt

Cena zahrnuje: 2 noci ubytování ve dvoulůžkovém pokoji, polopenze, jógový program (viz záložka Popis), neomezený vstup do bazénu, 60 min / os. / den vstup do wellness, Wi-Fi, parkovné, pronájem sálu na cvičení

Příplatek při ubytování v jednolůžkovém pokoji = +1 900 Kč / osoba / pobyt

Minimální počet účastníků: 13 platících osob

Pro závaznou rezervaci se hradí celková částka.

Důležité informace aktuálně platné:

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

tel. +420 702 047 307

email: odvarkova@villasresorts.cz

Jóga

O LEKTORCE JÓGY: SIMONA HRUŠKOVÁ

V roce 2010 jsem se v pocitu osamění obrátila pro útěchu k józe. Našla jsem ale mnohem víc.

Jóga je pro mě cesta. Cesta, na které poznávám sama sebe a své tělo. Učím se vnímat a respektovat své pocity. Učím se porozumět lépe nejen sama sobě, ale i ostatním. Stále poznávám, že vše má svůj proces a je u každého jiný. Jinak intenzivní, jinak rychlý a má jiné překážky.

Jóga mě učí trpělivosti. Jóga mě učí zpomalit. Jóga mě učí přijímat se takovou, jaká jsem.
Co učí jóga vás?

Vlastní praxe je to nejdůležitější. Ta se v průběhu mění a to je dobře!
Proto neexistuje žádná výsledná pozice. Pozice, stejně jako my, se stále vyvíjí.

Čím déle praktikujeme, tím hlouběji víme, že vše má svůj smysl a proces.
Několikrát na své cestě měníme svůj úhel pohledu. Postupně poznáváme lépe sami sebe, své tělo.