

JÓGA ZÁJEZD NA ZANZIBAR – ÚNOR s Martinou Ježkovou



cena 19.790 Kč / osoba

Cena zahrnuje:

skupinové transfery letiště-ubytování-letiště
ubytování na 10 dní / 9 nocí
snídaně (možnost dokoupení all inclusive na místě)
jógový program
český servis v místě
pojištění CK proti úpadku

Chybí Vám mořský vzduch, slunce a dovolenková atmosféra? Pokud na Vás české zimy bývají dlouhé, je tento pobyt přímo pro Vás!

Zanzibar ve spojení s jógou. Ráj s bílými plážemi, tyrkysovým mořem a usměvavými místními.

Zažijte jedinečnou pohostinnost ostrova všemi svými smysly.



CO VÁS ČEKÁ?

- 10-denní pobyt v resortu White Paradise přímo u pláže!
- snídaně v ceně pobytu s možností zajištění soft all inclusive
- ubytování ve dvoulůžkových studiích nebo vilách
- zdarma shuttle bus na okolní pláže (jen cca 10 minut cesty)
- jógový program s Martinou Ježkovou

PRO KOHO JE POBYT VHODNÝ?

Pro všechny, kteří potřebují dovolenou a čas sami pro sebe. S námi načerpáte novou energii a doplníte zásoby vitamínu D. Při lekcích jógy naladíme tělo i mysl na správnou frekvenci a posílíme imunitu hromadou čerstvého místního ovoce.

Pobyt je vhodný pro začátečníky i pokročilé, ženy i muže.



POPIS UBYTOVÁNÍ

První čtyřhvězdičkový a česky mluvící resort na ostrově, přímo u pobřeží Indického oceánu. Byl postaven podle představ a zkušeností s dovolenou v tropickém ráji. Komfortní ubytování, největší bazén na ostrově a restaurace na pobřeží oceánu Vás zvou k relaxaci a romantickému dobrodružství uprostřed zářivých barev Zanzibaru. Z bazénu o rozloze 1.300 čtverečních metrů můžete obdivovat malebné tyrkysové moře s mangrovníky.

Zanzibar – klenot Afriky se nachází u pobřeží Tanzanie. Zanzibar je říší koření, vůní, barev a slunečných dnů, které ochlazuje jen měkký mořský vánek a stíny palem.

Transfer z letiště do resortu trvá cca 60 min.



VYBAVENÍ HOTELU

Ubytovat se můžete ve dvou typech pokojů – dvoulůžková studia nebo Superior vily.

Studio

Dvoulůžková studia 40 m² vč. terasy s pevnou přistýlkou pro třetí osobu v atriové zahradě poskytují zázemí hostům, kteří mají rádi komfort, ale zároveň i původní africké materiály. Každé nezávisle klimatizované studio má vlastní koupelnu s pochozí sprchou, wc s bidetovou sprchou, ložnici a obývací část s posezením, TV. Okna a vstup do studií je ze střeženého atria s exotickými rostlinami. Hosté ubytovaní ve studiu mají k dispozici rozlehlou zahradu, privátní pláž, bazén a restauraci. Ubytovaní v těchto studiích máte zahrnuté v základní ceně.







Superior vily

Velkorysé dvoulůžkové až třílůžkové (s možností přistýlky) vily na soukromé pláži na břehu Indického oceánu poskytují zázemí náročným hostům, kteří mají rádi evropský komfort, ale zároveň i původní africké materiály. Každá nezávisle klimatizovaná vila má prostornou terasu a soukromou zahradu, snadno přístupný bazén. Nenápadná elegance světlého a jemného prostředí poskytuje evropský komfort a jemné textury použitých materiálů přinášejí charakter Zanzibaru prostřednictvím kokosového dřeva a lokálních materiálů. TV s vysokým rozlišením, klimatizace, komfortní koupelna, královská lůžka velikosti

King. Ubytování v těchto vilách Vám nabízíme za příplatek viz ceník.









STRAVOVÁNÍ

V ceně pobytu je **snídaně**. Obědy a večeře je možné zajišťovat v resortu také ala carte s úhradou na místě. Obědové menu ZDE. Menu na večeře se každý den mění (vždy 1 předkrmový salát, 1 předkrm, polévka, 4 hlavní jídla z toho jedno vegetariánské a desert).

V případě zájmu je možné dokoupit si pobyt se **soft all inclusive** , které obsahuje snídani, oběd formou ala carte, odpolední snack, večeři a po celý den nealko drinky. (příplatek 10 tis. / pobyt)

Restaurace s typickou střechou z palmových listů s výhledem na oceán je místem, kde můžete vybírat v režimu ala carte all inclusive ze sezonního menu i z aktuální denní nabídky. Kuchaři denně navštěvují místní tržičky a sami si vybírají od rybářů a farmářů to nejkvalitnější. Vy si pak vybíráte to nejlepší, co zanzibarská kuchyně nabízí. Perfektní spojení chutí v tematických menu pro romantickou večeři nebo jen malý snack během dne s výbornou kávou či koktejlem a místními pivy. Resort si peče i vlastní svahilské chleby a dezerty.



PLÁŽ

Obsluhovaná soukromá pláž přímo u resortu se slunečníky, stolky a lehátky, kterých je více, než kolik se do resortu vejde hostů. Pro resort je důležité, aby si hosté kdykoliv mohli vybrat místo na slunci. Na této pláži jsou výrazné přílivy a odlivy, je výjimečná pro porost vzácnými mangrovníky.

Protože Zanzibar je místo, kde šestihodinové cykly přílivu a odlivu neustále mění podobu pobřeží, zajišťujeme zdarma hotelovými transfery dopravu na pláže, kde je zrovna příliv a kde si hosté mohou užít moře a plavání. Na pláž je to do 10 min. cesty a nově na pláži naleznete také bar, kde bude možné se občerstvit (v rámci all inclusive občerstvení v ceně).

Protože má resort největší bazén na ostrově, pouze pro hotelové hosty, lehátka jsou vybavená slunečníky i v prostoru okolo bazénu.



JÓGA LEKCE

Na Zanzibaru Vás čekají lekce Hatha Yogy, která je jistě vhodná pro všechny jógy chtivé i pro ty, kteří jsou jógou nepolíbení.

Jóga lekce budou probíhat 1-2 x denně (ráno a večer), informace o jóga lektorce níže v záložce Lektor.

V den příletu, odletu jóga není.

Změny v programu vyhrazeny.

AKTIVITY

Výlety

Unikátní krásy ostrova můžete poznat díky nabídce výletů, kterou měníme podle sezón a také na přání našich hostů. Výlety na safari je nutné rezervovat předem. Resort spolupracuje pouze s prověřenými a kvalitními průvodci. Výlety a jejich nabídka budou přizpůsobeny aktuálním nařízením.

Nabídku výletů naleznete v odkazu [ZDE](#) – je možné je rezervovat a uhradit po příjezdu do resortu.

HODNOCENÍ CK

Krásný resort nacházející se přímo u pláže, největší bazén na ostrově, český servis v místě, plocha na cvičení jógy! Jedinečná kombinace!

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

tel. +420 702 047 307

email: odvarkova@villasresorts.cz

Ceník

CENA: 19 790 Kč / osoba

Cena zahrnuje: skupinové transfery letiště – hotel – letiště, 10 dní/9 nocí ubytování, snídaně, 2 x denně lekce jógy s jóga lektorkou (v příletový a odletový den jóga není), český servis, pojištění CK proti úpadku

MOŽNOST PŘÍPLATKU ZA UBYTOVÁNÍ V LUXUSNÍ VILE U BAZÉNU (viz popis ubytování): 5 990 Kč / osoba / pobyt

Dítě do 1,99 let zdarma (platí případně pouze menší poplatek letecké společnosti)

Dítě od 2-11,99 let – 7.990 Kč / pobyt ve studiu se snídaní + aktuální cena letenky
nebo 8.990 Kč / pobyt ve vile se snídaní + aktuální cena letenky

Dětské ceny platí při obsazení pokoje 2 dospělými osobami.

3. dosp. osoba na pokoji platí plnou cenu (ubytování na plnohodnotném 3. lůžku – pevná postel)

Cena nezahrnuje:

- letenky – let s Qatar Airways – cca 20 tis. – můžete si zajistit individuálně, případně Vám můžeme zajistit my. Letenky budeme objednávat až po naplnění min. počtu účastníků – o tom budete informováni nabídkou letenek od naší CK a poté se případně můžete rozhodnout, zda si letenky objednáte individuálně
- v ceně pobytu je skupinový transfer – v případě odlišného příletu / odletu Vám zajistíme privátní transfer, který je za příplatek (50 USD / 1 cesta, 90 USD / 2 cesty)
- cestovní a storno pojištění v případě storna ze zdravotních důvodů – balíček A60 Pandemic od pojišťovny Union za 1560 Kč / osoba / pobyt (v případě odškodnění pojišťovnou až 80% storno poplatek, max. 60 tis. / os.
 - Informace o pojištění [ZDE](#)

- na místě se platí ubytovací taxa 1 USD / os. / den
- příplatek za soft All inclusive 10 000 Kč / pobyt

Minimální počet účastníků: 13 dospělých osob + lektorka

Pro závaznou rezervaci se hradí celková částka pobytu.

Check-in: od 14:00, Check out: do 12:00

PODMÍNKY VSTUPU, CELNÍ A DEVIZOVÉ PŘEDPISY:

Cestovní pas musí být platný min. 6 měsíců po návratu zpět do ČR. Pro vstup do země je nutné turistické vízum. O to můžete požádat po přiletu na letišti za poplatek 50 EUR/USD / os. (doporučujeme mít částku připravenou přesně, imigrační úředník může odmítnout Vám rozměnit bankovky vyšší hodnoty).

Vývoz, průvoz, ale i dovoz jakýchkoliv předmětů pocházejících nebo vyrobených z divoké zvěře (trofeje, výrobky ze slonoviny nebo z kůže chráněných druhů zvířat, ale např. i mořské fauny) je trestný, vývoz živých divokých zvířat, hmyzu nebo rostlinných druhů bez zvláštního povolení je přísně zakázán.

COVID PODMÍNKY:

INFORMACE K AKTUÁLNÍM OPATŘENÍM

Od června 2021 představil Zanzibar nová opatření ovlivňující všechny cestovatele. Pečlivě si prosím přečtete následující podmínky vydané místním úřadem. Celý oficiální dokument v angličtině je k dispozici níže.

- Od 4. května 2021 je vyžadován negativní certifikát RT-PCR COVID-19 s platností pro všechny cestující (vč. naočkovaných osob bez výjimky), přičemž vzorek musí být odebraný ne více než 96 hodin před příjezdem do Tanzanie.
- Cestující, kteří přijíždějí ze zemí s novými variantami/vysokým čísly nakažených COVID-19 na základě denních aktualizací WHO budou testováni rychlým testem v místě vstupu. Cena je 25 USD za osobu. Pro rychlejší průběh testování se prosím zaregistrujte a uhradte tento test na následujícím odkaze www.zanzibarcovidtesting.co.tz.
- Všichni cestující musí při příjezdu vyplnit cestovní formulář, který je k dispozici na letišti či jiném místě vstupu do země. Můžete si ho však také stáhnout a přinést s sebou vyplněný. Ke stažení [zde](#).
- Všichni cestující, kteří vstupují do Tanzanie nebo ji opouštějí, budou podrobeni vyšetření při vstupu vč. měření teploty. V případě symptomů a pozitivního výsledku testu se cestující musí podrobit povinné karanténě v k tomu určených zařízeních.
- V případě potřeby testování RT-PCR/Antigen je nutné se předem registrovat na následujícím odkaze www.zanzibarcovidtesting.co.tz.

- Všichni cestující musí mít platné cestovní pojištění po celou dobu svého pobytu

PRAVIDLA NÁVRATU ZPĚT DO ČR

Cestující z těchto zemí musí před cestou do ČR oznámit svůj příjezd krajské hygienické stanici příslušné podle místa bydliště, a to vyplněním **Příjezdového formuláře**, potvrzení o jeho vyplnění předložit na vyžádání hraniční kontrole.

Před vstupem na území ČR **veřejnou dopravou** (zejm. letadlem, vlakem,

autobusem) cestující musí disponovat písemným potvrzením poskytovatele zdravotních služeb o negativním výsledku **RT-PCR testu (max. 72 hodin od odběru)**.

Pokud se jedná o občany České republiky a jejich spolucestující rodinné příslušníky s vydaným povolením k přechodnému pobytu na území České republiky, o občany Evropské unie s vydaným potvrzením o přechodném pobytu na území České republiky, nebo o cizince s povolením k trvalému pobytu na území České republiky vydaném Českou republikou mohou před vstupem na území České republiky hromadnou veřejnou dopravou disponovat **i negativním výsledkem antigenního testu (max. 48 hodin od odběru)**. **Dopravci neumožní přepravu cestujícím, kteří nepředloží test na přítomnost SARS-CoV-2 a příjezdový formulář.**

Po vstupu na území ČR platí pro všechny povinnost podstoupit v rozmezí 5. až 7. dne RT-PCR test na stanovení přítomnosti viru SARS-CoV-2. Do doby negativního výsledku RT-PCR testu musí přicestující všude mimo domov nosit respirátor nebo obdobný prostředek ochrany dýchacích cest (bez výdechového ventilu) naplňující minimálně všechny technické podmínky a požadavky (pro výrobek), včetně filtrační účinnosti alespoň 94 % podle příslušných norem (např. FFP2, KN 95).

VÝJIMKY PRO:

Očkované osoby:

1) osoby, které se prokáží národním certifikátem o provedeném očkování proti onemocnění COVID-19 vydaným podle nařízení EU o digitálním certifikátu EU COVID s tím, že u očkování uplynulo nejméně 14 dní od dokončení očkovacího schématu a která zároveň nejeví žádné příznaky onemocnění COVID-19;

2) s národním certifikátem o dokončeném očkování, tj. písemné potvrzení

vydané alespoň v anglickém jazyce oprávněným subjektem působícím v třetí zemi, nebo certifikát o dokončeném očkování vydaným oprávněným subjektem působícím v třetí zemi, pro kterou byl přijat prováděcí akt dle nařízení EU o digitálním certifikátu o tom, že osoba byla očkována léčivým přípravkem registrovaným EMA, nebo léčivým přípravkem, který byl schválen WHO pro nouzové použití (seznam přípravků je zveřejněn na webu Mzdr.) Písemné potvrzení musí obsahovat příslušné údaje a musí být možné ověřit dálkovým přístupem přímo z písemného potvrzení;

Očkované osoby dle výše uvedené definice mají výjimku z testů, zůstává povinnost příjezdového formuláře!

II) Osoby s prodělaným onemocněním Covid-19, tj. osoba, u které uplynulo od prvního pozitivního výsledku RT-PCR testu na stanovení přítomnosti viru SARSCoV-2 alespoň 11 dní, ne však více než 180 dní, která se prokáže:

a) certifikátem o prodělaném onemocnění COVID-19, a to vydaným podle nařízení EU o digitálním COVID certifikátu **zůstává povinnost vyplnit příjezdový formulář**

V případě, že nebude možné do destinace odcestovat z důvodů spojených s covid-19 a zájezd bude ze strany CK zrušen, mohou si klienti přesunout zaplacenou částku na náhradní termín zájezdu, případně si zaplacenou částku převést na jakýkoliv pobyt z naší nabídky, vč. změny destinace, délky pobytu nebo rozdělení zaplacené částky mezi více osob.

V případě, že má klient již vystavené letenky a pobyt bude zrušen, možnosti změny letenek závisí na podmínkách dané aerolinky.

Informace, rezervace:

Ing. Nikola Odvárková

www.VillasResorts.cz

tel. +420 702 047 307

email: odvarkova@villasresorts.cz

Jóga

O LEKTORCE JÓGY: Martina Ježková



„Já jsem“

žena, maminka a nyní i babička, jmenuji se Martina Ježková.

Žiji v srdci Českého ráje v Turnově.

Nevlastním jógové studio, ale i přesto jsem lektorkou (průvodkyní) Jógy. Své lekce vedu v hotelu Karel 4.

Jsem zaměstnaná v Sociálních službách a to již 16 let.

Jógu žiju

Škála představ o tom, co je jóga, je stejně široká a různorodá, jako jsou rozmanití lidé, kteří jógu praktikují.

Cesta, jež mě zavedla k Józe byla také rozmanitá, leč přínosná. Započala již před dvaceti léty při intenzivním kurzu PowerYogy v akademii Vaška Krejčíka. Od té chvíle jsem se na té cestě nezastavila a neodbočila, stále se rozvíjím a podporuji svůj směr.

Svou praxi jsem posílila při cestování po jižní a jihovýchodní Asii, kde jsem měla příležitost nahlédnout a na vlastní tělo i mysl zažít co je podstatou Jógy.

Jóga se pro me stala životní cestou a velmi mne inspiruje. Je pro mě pomocníkem k sebepoznávání. Díky ní se cítím blíže k sobě.

Stále objevuji svou podstatu a rozvíjím svou jedinečnost.

Naučila mě dýchat a poslouchat své tělo.

Je to nekonečná cesta, stále je v ní co objevovat ... V jógu věřím a jsem si jistá, že v životě mi může jen dát.

Je pro mne přístavem, dodává mi klid a sílu, ukazuje mi mé hranice a dovoluje mi posouvat se dál, rozšiřuje nejen mé vědomí, ale i vnímání světa a všech bytostí na zemi.

Na svých lekcích učím Power Yogu & Hathayogu. Do svých lekcí vkládám své srdce i zkušenosti. Kladu důraz na propojení dechu s pohybem, ale i správné provedení jógových ásan. S pomocí hudby, meditace a vědomého dýchání probouzíme pomalu naše těla, připravujeme je na ásanovou praxi, kterou ukončíme relaxací s aromaterapií a zpěvem manter.

Prožívám každý moment přítomného okamžiku, učím se vnímat sebe nejen při praxi, ale i ve svém běžném životě mimo podložku.

„Vydej se na cestu a cesta se sama ukáže.“

Jsem stále nadšená, překvapená a šťastná, když slyším, jak má cesta jógy pomáhá v životě různým lidem. Dává to doopravdový smysl tomu, co dělám.

Nej... nej...

motto považuji větu jeho svátosti Dalajlámy „Smyslem, života je být šťastný a užitečný.“

V užitečnosti se cítím naplněná, pak jsem šťastná.

S láskou a vděčností Martina



