

# JÓGOVÝ VÍKEND V RESORTU MAXIMUS – LEDEN s Juditou Berkovou



**cena 5690 Kč / osoba**

## **Cena zahrnuje:**

2 noci ubytování  
snídaně  
3 hod vstup do wellness  
pronájem sálu na cvičení  
4 lekce jógy  
pojištění CK proti úpadku

## **CO VÁS ČEKÁ?**

- víkendový pobyt spojený s jógou, kterou Vás provede lektorka Judita Berková
- ubytování v krásném wellness hotelu Maximus u brněnské přehrady
- rozsáhlé wellness s vodním spa, saunovým světem, privátním spa a širokou nabídkou masáží
- široká nabídka aktivit přímo v hotelu i v jeho okolí

Doprava: vlastní autem

## **PRO KOHO JE POBYT VHODNÝ?**

Pobyt je vhodný pro každého, kdo vyhledává odpočinek a zároveň potřebuje načerpat energii v chladném lednovém počasí. Jógový víkend je vhodný pro ženy i muže všech věkových kategorií, pro začátečníky i pokročilé.

## **POPIS UBYTOVÁNÍ**

Hotel Maximus Resort je umístěn do malebné krajiny Podkomorských lesů, jen několik metrů od Brněnské přehrady a pouhých 20 minut od centra města Brna. Klidné prostředí nového moderního hotelu, ubytování ve tří a čtyřhvězdičkovém standardu, špičkové wellness & spa Infinet Maximus, gurmánská restaurace a krásný svatební palouk v rokli za hotelem v kombinaci s okolní přírodou vás doslova omámí a nabije energií.

## **VYBAVENÍ POKOJŮ**

Pokoje typu Standard disponují koupelnou se sprchou a WC, vysoušečem vlasů, hostům je k dispozici také telefon s přímou volbou, LCD televize, psací stůl, terasa, Wi-Fi zdarma.

## **STRAVOVÁNÍ**

V ceně pobytu je snídaně. Svůj den si můžete zpříjemnit v restauraci Portum, která je skutečným gurmánským zážitkem. Hotelovým hostům je nabízena jak česká tak i mezinárodní gastronomie v moderním pojetí založená na špičkové gastronomii a příjemné obsluze. Menu je sestavené z pečlivě vybraných kvalitních surovin. Kromě stálého menu můžete ochutnat i jedinečné sezonní nabídky sestavené dle gastronomického kalendáře nebo obědové menu stvořené pro příjemné občerstvení uprostřed dne. Cukrářky s láskou připravují lahodné domácí dezerty a pečou čerstvé svatební koláčky, které jsou podávány ke kávě značky Trucillo. Milovníkům vína personál poradí s výběrem moravských i zahraničních vín, které uspokojí i nejnáročnější hosty.

## **JÓGA LEKCE**

### **JÓGA: ROZPOUŠTÍME TĚLESNÉ ZAMRZLINKY**

Tmavá, nepohyblivá, zaseklá místa na našem těle a v naší mysli jsou místa, přes která neprojdou svěží nápady, odvážné sny a lehkonohost naší dětské povahy.

Aby se nám přání v novém roce plnila jako po másle, aby nás cesta ke snům bavila, aby bylo naše tělo uvolněné a průchozí... Budeme celý víkend (spolu)pracovat se svými zamrzlými.

Budeme poslouchat jejich poselství a budeme je přijímat a tím rozpouštět. Vlídlost, uvolněnost a radost.

### **JÓGOVÁ PRAXE:**

17:00 Páteční večerní praxe: 90 min jógová praxe roz(pouštění) nánosů z minulosti a uvolňování těla a mysli

7:00 Sobota ranní praxe: 60 min jógová praxe nastavování nového výchozího bodu

do přijetí a plynutí

17:00 Sobota večerní praxe: 60 min večerní pozdrav měsíci a 30 min taneční meditace v yin stylu (odevzdání a splynutí se svým vnitřním já)

7:00 Neděle ranní praxe: 60 min jógová praxe cítím se skvělé ve svém těle, držení těla a umění používat svou vnitřní sílu

## **WELLNESS**

VODNÍ SPA nabízí dva venkovní, dva vnitřní vířivé a celoročně vyhřívané bazény. Můžete zde využít vnitřní whirlpool a relaxační bazén, který je průplavem spojen s venkovním vířivým bazénem. Tímto průplavem tak vzniká na délku 30metrový bazén. Venkovní bazén je otevřen za každého počasí, teplota vody se přizpůsobuje venkovnímu počasí (v létě má voda příjemných 30 až 33 °C, v zimě je teplota 35 až 37 °C). Ve venkovní části se dále nachází slaný whirlpool (salinita 1 až 3 %).

SAUNOVÝ SVĚT nabízí až 12 druhů vnitřních a venkovních saun včetně parních a Kneippových lázní. Ochladit se můžete hned několika způsoby: sprchou, kbelíkem studené vody, ve čtyřech ochlazovacích bazéncích či v blankytně modrém přírodním jezírku. K dispozici jsou dva fresh bary, pro regeneraci můžete využít vnitřní a venkovní odpočívárnu s krbem, nebo venkovní relaxační zónu s lehátky.

## **PRIVÁTNÍ SPA & MASÁŽE**

Interiér této privátní zóny je navržen v balijském stylu a vybaven originálním zařízením a sochami dovezenými přímo z ostrova Bali. Nabízíme vám hned několik možností. Vyzkoušet můžete masáže klasické, sportovní, relaxační, bylinné či nejrůznější exkluzivní procedury, jako je havajská masáž lávovými kameny, čokoládová masáž či královská masáž čtyř rukou.

## **AKTIVITY**

Čtyřdráhový bowling, tři celoroční tenisové kurty, beachvolejbalový areál, pláže brněnské přehrady a nespočet cyklostezek vám poskytnou nezapomenutelné sportovní zážitky.

## **HODNOCENÍ CK**

Moderní hotel u brněnské přehrady je ideální kombinací pro milovníky skvělého wellness, jedinečného saunového světa a jógy.

## **TIP PRO VÁS:**

Na jóga pobyt 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 osobu instruktora jógy v případech, kdy se z vážných důvodů instruktor jógy nemůže pobytu zúčastnit.*

## **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

---

## **CENA: 5.690 Kč / osoba**

Cena zahrnuje: 2 noci ubytování v pokoji typu standard se snídaní, 3 hodiny vstup do wellness a saunového světa Maximus, pronájem sálu na cvičení, 4 lekce jógy, pojištění CK proti úpadku

Minimální počet účastníků: 14 osob

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

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



jana@yogalifehappyllife.cz?

## JÓGOVÉ ŠATY

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









# LOVE Yoga





