

# **SKI & YOGA V RAKOUSKÝCH ALPÁCH – LEDEN 2020 s Petrou Pikkelovou**



**cena 10.690 Kč / osoba**

**Cena zahrnuje:**

5 dní / 4 noci ubytování  
polopenze  
3x 90 minut lekce jógy  
pronájem sálu na cvičení  
český servis v hotelu  
pojištění CK proti úpadku

## CO VÁS ČEKÁ?

- jedinečná kombinace lyžování v oblasti Zell am See – Kaprun a jógy s Petrou Pikkelovou
- možnost návštěvy vyhlášených termálních lázní Tauern Spa v Kaprunu
- ubytování na 5 dní/ 4 noci v tříhvězdičkovém rodinném hotelu v Niedernsillu
- polopenze
- 3 x 90 minut cvičení jógy s Petrou Pikkelovou
- český servis v hotelu
- pojištění CK proti úpadku

Doprava: vlastní autem

## PRO KOHO JE POBYT VHODNÝ?

Pobyt (neděle – čtvrtek) v Rakouských Alpách je vhodný pro všechny milovníky jógy i lyžování na dlouhých zasněžených sjezdovkách Alp. Je vhodný pro ženy i muže všech věkových kategorií, pro začátečníky i pokročilé. Možnost se nahlásit i v jedné osobě bez příplatku (doplnění dvoulůžkového pokoje s další klientkou – zajistíme).

## **POPIS UBYTOVÁNÍ**

Gathof leží v oblasti Kaprunu – Zell am See, v centru městečka Niedernsill.

Ubytování se nachází cca 15 min jízdy autem od lyžařských vleků Zell am See – Kaprun. Lyžování – Kaprun – Zell am See (140 km sjezdovek) nebo Kitzbuhel (200 km sjezdovek). Skibus jezdí do Kaprunu i Zell am See. Ski-vlak do Zell am See a Hollersbachu (Kitzbuhelské Alpy). Zastávka skibusu a skivlaku 100m od hotelu. Ubytování ve 2lůžkových pokojích s vlastním sociálním zařízením.

## **VYBAVENÍ POKOJŮ**

Pokoje jsou standardně zařízeny, vybaveny sprchou, WC, kabelovou TV s českými programy, rádiem, pokojovým trezorem. Hotel nabízí komplexní služby s příjemným českým servisem, plzeňské pivo, českou TV, WIFI, vláček ke sjezdovkám v Zell am See a Mittersillu (lanovka ke Kitzbuhelu) je pro lyžaře ZDARMA, horkovzdušné sušáky lyžařských bot, restaurace, jídelna a herna.

## **STRAVOVÁNÍ**

V ceně pobytu je POLOPENZE. Snídaně formou bufetu, večeře o třech chodech.

## **JÓGA LEKCE**

3 x 90 minut cvičení jógy s Petrou Pikkelovou

## **AKTIVITY**

Lyžování v jednom z nejznámějších středisek rakouských Alp v Zell am See – Kaprunu (100% záruka sněhu na ledovci Kitzsteinhorn). Možnost návštěvy termálních lázní Tauern Spa v Kaprunu. Jóga lekce s lektorkou Petrou Pikkelovou. Na hotelu zábava a herny pro dospělé: billiard, flipper, stolní fotbal, šipky, fotoplay apod., terasy s posezením, sklepní rustikální bar pro večerní party, sauna, solárium, bezplatné parkoviště, lyžárna.

## **HODNOCENÍ CK**

Ideální a skvělá kombinace pro všechny milovníky jógy a lyžování. Příjemné ubytování ve skvělé poloze s českým servisem v místě. Nepřeberné lyžařské možnosti v okolí a skvělé termály.

## **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 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

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



# Ceník

---

**Cena: 10 690 Kč osoba / 5 dní / pobyt**

Cena zahrnuje:

- 5 dní / 4 noci ubytování s polopenzí ve dvoulůžkovém pokoji
- 3 x 90 min lekce jógy
- pronájem sálu na cvičení
- český servis na hotelu
- pojištění CK proti úpadku

Necvičící osoba cena 9 190 Kč / osoba

**Cena nezahrnuje:**

- doprava – vlastním vozem
- cestovní a storno pojištění – Union SPORT za 360 Kč / osoba / pobyt

Pro závaznou rezervaci se hradí celková částka pobytu.

Doprava: vlastní (možno se domluvit s dalšími klientkami na společnou jízdu autem do Rakouska).

Skipasy Zell am See – Kaprun (nákup na místě):

1 denní skipas: 48 EUR

2 denní skipas: 93 EUR

3 denní skipas: 137 EUR

Min počet účastníků: 10 osob.

**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: Petra Pikkelová



Joga si mě objevila v roce 2002 v New Yorku. Po první Jivamukti hodině jsem srolovala podložku a věděla jsem, že se stalo něco velikého. Stala jsem se součástí

něčeho co mě bytostně i spiritualně převyšuje, něčeho čehož jsme součástí všichni, aniž bychom si to uvědomovali. Životní láska nebo láska na několik životů. Od této chvíle se změnil můj život, protože se změnil můj pohled na něj. Před jógou stojím nahá, skromná a vděčná. Vděčná všem minulým, současným i budoucím učitelům jógy. Jógy jako jedním z filozofických směrů.

Věřím, že skrze praktikování jógových ásán můžeme změnit pohled nejen na naše těla a myšlení, ale hlavně na svět ve kterém žijeme. Můžeme změnit naše denní vnímání a tím i konání. Konání, které se stává vůči všemu a všem kolem nás soucitnější, jemnější, hlubší a zřetelnější.

Na svých hodinách učím dynamičtější vinyasu (vinjásu), při které kladu důraz na spojení dechu s pohybem a to vše za doprovodu hudby, která jen umocňuje radost a prožitek při jógových ásanách. S pomocí hudby, zpěvu manter, meditace a vědomého dýchání – začneme postupně seřazovat tělo, duši a vědomí a tím vytvoříme vnitřní cestu k uzdravení a posílení. Při svých hodinách chci hlavně rozdávat radost a lásku kterou jóga přináší mě.

Jsem vděčná svým učitelům Sharon Ji a Davidu Ji za vytvoření Jivamukti Yogy metody, díky které se moje vnímání světa stalo zřetelnější a radostnější..

Jsem certifikovanou lektorkou Jivamukti Yogy a West Boston Vinyasa Yogy.

### **Kontakt na lektorku:**

Petra Pikkelová

petrapik@gmail.com

+420 777 012 876

<http://urbanyoga.cz>











