

# TOTAL RESTART s Fit style with Eli a životní koučkou Lucií Mucalovou – Hotel Retreat Dubaj – ÚNOR 2022



**cena 27.990 Kč / osoba**

## **Cena zahrnuje:**

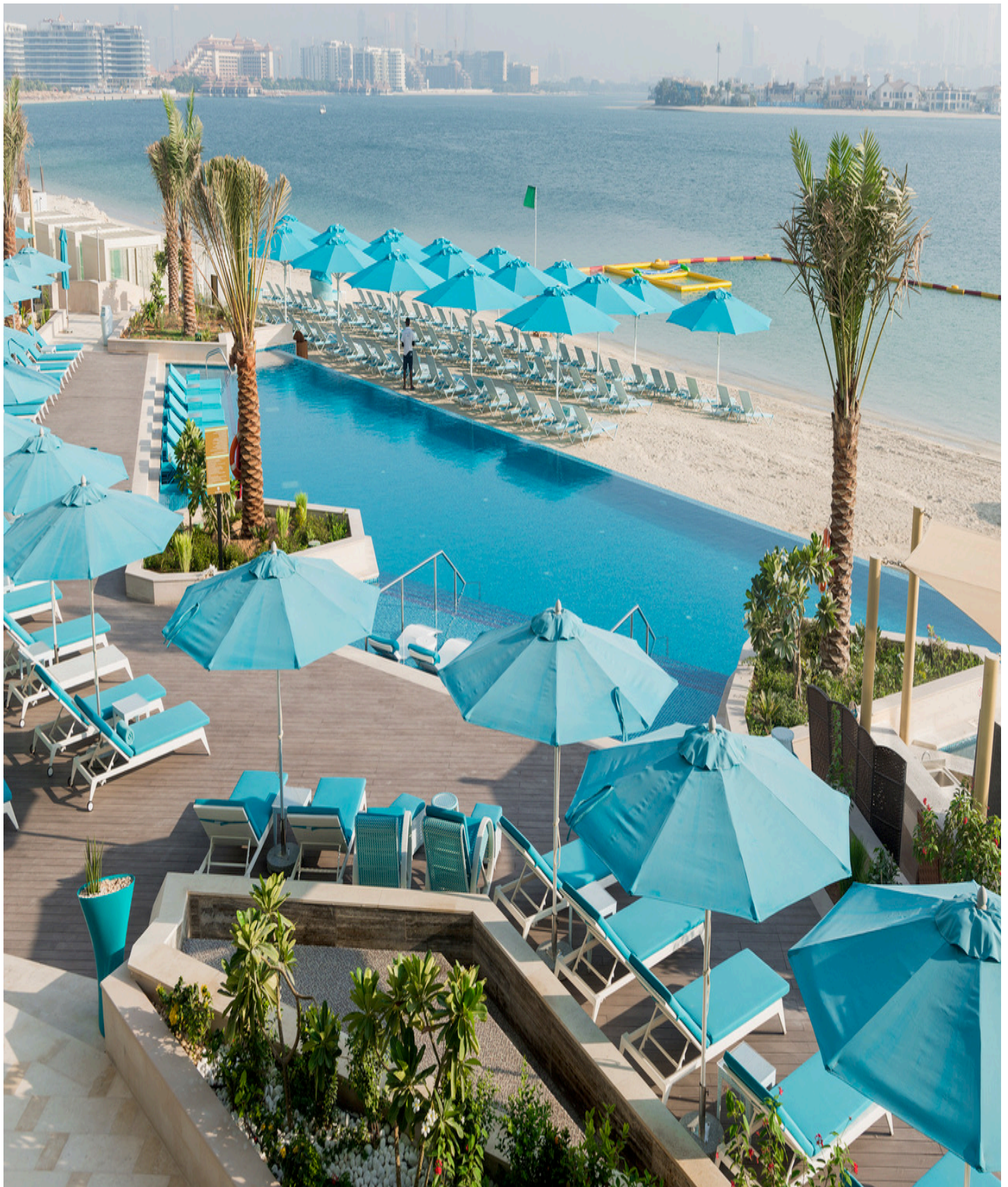
skupinové transfery z/na letiště  
ubytování ve 4\* hotelu na 7 nocí  
polopenze  
program s Fit style Eli a Lucií Mucalovou  
pojištění CK proti úpadku

**Pojďte zapracovat na své mysli s úžas  
začněte zažívat změny tam, kde se zatím  
se vám mohou otevírat nové obzory. D  
Eliškou zajímavosti o zdravé stravě a v  
mohou brzdit na cest**

**Zaručujeme, že po týdnu se budete cítit určitě lépe a spokojenější ve svém těle.**

**To vše v krásném prostředí luxusního hotelu, který se specializuje na kvalitu zdravých potravin a navíc za krásného počasí.**





## CO VÁS ČEKÁ?

- 8-denní pobyt v hotelu přímo u pláže!
- polopenze v ceně pobytu s možností zajištění All inclusive za příplatek
- ubytování ve dvoulůžkových pokojích

- program s Fit style with Eli
- program s Lucií Mucalovou
- možnost objednání masáží a kosmetických procedur
- zajištění skupinové letenky a transferů, abyste se nemuseli o nic starat
- možnost zajištění výletů
- TOP lokalita na palmovém ostrově v Dubaji
- český delegát v místě

## **PRO KOHO JE POBYT VHODNÝ?**

Pro všechny, kteří si touží dopřát exotickou dovolenou v luxusním hotelu ve spojení se seberozvojem a odpočinkem na pláži.

Pobyt je vhodný pro ženy nebo i páry. Program není vhodný pro děti.

## **PROGRAM**

3. 2.

Přilet, check-in, volný program

4. 2.

ELIŠKA : Seznámení se se skupinou. Co je opravdové jídlo? Mýty o zdravé výživě. Následně diskuze / dotazy. / 60 min. /

LUCIE: Zdravý vztah k sobě jako cesta ke spokojenému tělu. / 60 min /

5.2.

ELIŠKA :

Společná ranní kondiční chůze.

Lowcarb, nízkosacharidové stravování, přerušovaný půst.

/ 60 min. /

6.2.

LUCIE : Vliv toxických vztahů na naše tělo. / 60 min /

ELIŠKA : Společný brunch, přerušovaný půst – začínáme pozdní snídaní – snídaňo – oběd. ( kdo chce zkusit přerušovaný půst)

7.2.

ELIŠKA : Diety, hladovění – proč dlouhodobě nefungují. / 60 min. /

8.2.

ELIŠKA :

Společná ranní kondiční chůze.

Prostor pro případně osobní konzultace.

/ 60 min. /

9.2.

ELIŠKA: Prostor pro případně osobní konzultace.

LUCIE : Jak si “uklidit” v životě a cítit se lépe. / 60min. /

10. 2.

Odletový den, check-out.

V ceně je 30 minutová konzultace s Eliškou, kterou si prosím na začátku pobytu u Elišky zarezervujte na určitý čas. V případě zájmu o prodloužení nebo konzultace navíc je možné si na místě doplatit.

Pokud byste měli zájem o individuální koučink s Lucií Mucalovou, bude taktéž možnost si v průběhu pobytu doplatit sezení.

V den příletu, odletu program není.

Změny v programu vyhrazeny.

*Za program je zodpovědný instruktor během pobytu.*

## **INFORMACE K AKTUÁLNÍM OPATŘENÍM:**

Podmínky vstupu prosím sledujte na [mzv.cz](http://mzv.cz). Své podmínky vstupu do země si stanovují Emiráty, ale vlastní podmínky mají také letecké společnosti. Podmínky, které je tedy třeba splnit pro cestu a zpět se tedy mohou měnit v závislosti na využití letecké společnosti. Klienti budou od naší CK informováni o podmínkách pro vstup a let zpět do ČR dle vybraného skupinového letu. Klientům, kteří si let budou zajišťovat individuálně, důrazně doporučujeme sledovat podmínky vstupu na palubu jedn. airlines.

- Pro vstup do Emirátů – MZV [ZDE](#).

Všichni letecky cestující z ČR, i tranzitní, do / přes SAE jsou před odletem u



check-in povinni předložit negativní PCR test ne starší 72 hodin (vč. očkovaných klientů, Emiráty nenabízí výjimky z testování)

Po přeletu do Dubaje musí cestující z ČR podstoupit zdarma na letišti PCR-test (novinka – aktuálně je toto přetestování pro cestující cestující z Prahy zrušeno!) a stáhnout zvláštní aplikaci DXB Smart App (Dubaj). (Al Hosn App.)

- Pro návrat do ČR – MZV [ZDE](#).

Před zahájením cesty do ČR veřejnou dopravou (zejm. letadlem, vlakem, autobusem) cestující musí disponovat písemným potvrzením poskytovatele zdravotních služeb nebo příslušným certifikátem o negativním výsledku antigenního testu (max 48 h od odběru), nebo písemným potvrzením akreditované laboratoře nebo příslušným certifikátem o negativním výsledku RT-PCR testu (max 72 hodin od odběru.) Dopravci neumožní přepravu cestujícím, kteří test / certifikát o testu a příjezdový formulář nepředloží.

Po vstupu na území ČR se nejdříve 5. den, nejpozději však 14. den podrobit RT-PCR testu na stanovení přítomnosti viru SARS-CoV-2, pokud orgán ochrany veřejného zdraví výjimečně nerozhodl jinak. Do doby výsledku RT-PCR testu na stanovení přítomnosti viru SARS-CoV-2 je nutná samoizolace. Očkované osoby nemusí podstupovat testování po návratu zpět do ČR ani karanténu.



## POPIS UBYTOVÁNÍ

Resort se nachází přímo u privátní pláže na palmovém ostrově Palm Jumeirah. Hotel se nachází cca 10 minut od dubajského přístavu, cca 20 minut jízdy od mrakodrapu Burj Khalifa a nákupního centra a 25 minut od mezinárodního letiště v Dubaji.



## **POKOJE**

Pro tento zájezd Vám nabízíme ubytování v klimatizovaných dvoulůžkových pokojích. Každý má vlastní sociální zařízení. Všechny pokoje jsou zařízené s prvky kamenů a dřeva, které umocňují klid a pohodlí.

## **STRAVOVÁNÍ**

Resort nabízí 2 restaurace. V ceně pobytu je zahrnuta polopenze – snídaně formou bufetu, večeře formou bufetu / menu. V hotelu se nepodává alkohol.

## **PLÁŽ**

Písečná pláž přímo u hotelu. Lehátka a slunečníky zdarma.

## **HODNOCENÍ CK**

Krásný hotel ve skvělé umístění přímo na palmovém ostrově, nedaleko všech atrakcí a centra Dubaje, vše na dosah, TOP lokalita.

## **TIP PRO VÁS:**

Na pobyt je možno se nahlásit i pouze v 1 osobě, doplníme vás na dvoulůžkový pokoj s další klientkou a nemusíte připlácet za jednolůžkový pokoj.

**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: 27 990 Kč / osoba**

Příplatek za All inclusive: 6.800 Kč / osoba / pobyt

3. dospělá osoba (nad 11,99 let) na přistýlce sleva -3000 Kč z ceny / pobyt

**Cena zahrnuje:** skupinové transfery letiště – hotel – letiště, 8 dní / 7 nocí ubytování, polopenze, program s lektorkami (v příletový a odletový den program není), pojištění CK proti úpadku

### **Cena nezahrnuje:**

- letenky – cca 8-11 tis. – můžete si zajistit individuálně, případně Vám rádi zajistíme. 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 (upozorňujeme, že v případě zajištění letenek individuálně se na ně nevztahuje pojištění od naší CK – doporučujeme si letenky ještě připojistit)
- na místě po příjezdu se hradí pobytová taxa
- cestovní a storno pojištění v případě storna ze zdravotních důvodů – pojišťovna Union
  - **balíček A60 Pandemic** za 1040 Kč / osoba
  - Informace o pojištění [ZDE](#)

V případě odlišného letového řádu, pokud si klient zajišťuje letenky individuálně není skupinový transfer v ceně a je nutné uhradit transfer privátní (privátní transfer pro 1-2 osoby se zavazadly = 84 USD cesta z letiště i zpět na letiště).

Minimální počet účastníků: 13 dospělých osob + lektorky

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



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

## **COVID PODMÍNKY:**

### INFORMACE K AKTUÁLNÍM OPATŘENÍM:

viz [www.mzv.cz](http://www.mzv.cz)

Nahlášení klienti budou s aktuálními podmínkami informováni v Pokynech k odletu cca týden před odletem.

### **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)

# Jóga

---

**Fit style with Eli – Eliška Králová**





Výživový poradce, který miluje svou práci, sport a hlavně milující maminka, která miluje péct a vařit zdravě pro naše zdraví.

4 roky nízkosacharidová strava, opravdové jídlo, nesnídám – přerušovaný půst intermittent fasting.

Motivátor k pohybu a především k procházkám v přírodě.

Propaguji nestresovat tělo nedostatkem jídla a nesmyslnými dietami a začít jíst dostatek kvalitního jídla.

Zastávám názor, že tělo a hlava jsou 2 propojené nádoby, proto na pobytu bude také coachka pro psychoterapii.

---

**Lucie Mucalová**



Koučka, terapeutka a lektorka specializující se na práci se vztahy, ve své praxi klade důraz na budování si zdravého vztahu k sobě, od kterého se vše odvíjí.

Vybudovat si zdravý vztah k sobě je cestou ke kvalitnímu životu, to, jak to máme se sebou významně ovlivňuje jak se cítíme, a co žijeme.

Zvu Vás k zastavení, zamyšlení, povídání a inspirování se. Pojděme si spolu užít cenné chvíle se sebou a svými myšlenkami.

S Eliškou opečujete tělo, s Lucíí opečujete mysl. Tato kombinace je elixírem pro spokojený a vyvážený život.