

# YOGA RETREAT V DUBAJI – LISTOPAD se Zuzkou Klingrovou



**cena 25.990 Kč / osoba**

## **Cena zahrnuje:**

skupinové transfery z/na letiště  
ubytování ve 4\* hotelu na 7 nocí  
polopenze  
jógový program  
pojištění CK proti úpadku

## **YOGA RETREAT V DUBAJI S LEKTORKOU ZUZKOU KLINGROVOU**

**Luxusní pobyt s jógou ve wellness hotelu Retreat Palm Dubai ve spojení s jógovou praxí pod vedením Zuzky Klingrové.**

**Bezpečná destinace, stabilní podmínky pro vstup do země, krásné počasí a moře.**

**Bojíte se letět sami? Žádný problém, cestovat s námi je taaak snadné!  
Můžete letět společně s jóga skupinou stejným letem z Prahy tam i zpět!**

**Ubytování přímo u pláže na palmovém ostrově a to s polopenzí v ceně!**

**NA TENTO ZÁJEZD MŮŽETE UPLATNIT VOUCHERY ZA ZRUŠENÉ ZÁJEZDY  
OD NAŠÍ CK.**



## 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

- jógový program se Zuzkou Klingrovou
- možnost objednání masáže 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 s jógovou praxí a odpočinkem na pláži.

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



## POPIS UBYTOVÁNÍ

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

## **POKOJE**

Pro jóga 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.

## **JÓGA LEKCE**

Jóga lekce budou probíhat 2 x denně (ráno a večer), informace o jóga lektorce viz záložka

V den příletu, odletu jóga není.

Změny v programu vyhrazeny.

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

**Informace, rezervace:**

**Ing. Nikola Odvářková**

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

tel. +420 702 047 307

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

# Ceník

---

## **CENA: 25 990 Kč / osoba**

cena necvičící dospělá osoba 24 490 Kč

Příplatek za jednolůžkový pokoj: 10.990 Kč / osoba / pobyt

Příplatek za All inclusive: 6.800 Kč / osoba / pobyt

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

1 dospělý + 2 děti – platí 2 plné ceny na pevném lůžku, až 3. osoba (dítě do 11,99 let) může čerpat dětskou slevu, případně cena dospělé osoby na přistýlce

Děti na přistýlce se 2 osobami na pokoji:

děti do 4,99 let – 4.990 Kč + cena letenky

děti 5-11,99 let – 10.990 Kč + cena letenky

**Cena zahrnuje:** skupinové transfery letiště – hotel – letiště, 8 dní / 7 nocí ubytování, polopenze, 2 x denně lekce jógy s jóga lektorkou (v příletový a odletový den jóga není), pojištění CK proti úpadku

**Cena nezahrnuje:**



- letenky – cca 10 – 12 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)
- 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 + lektorka

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

**PŘÍPADNĚ MOŽNOST UHRADIT PŘI REZERVACI CELKOVOU ČÁSTKU.**

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

**COVID PODMÍNKY:**

**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 RT-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 RT-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.

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.

Občané ČR, občané EU s vydaným povolením k přechodnému pobytu v ČR a cizinci s povolením k trvalému pobytu v ČR vydaným ČR cestující individuální dopravou nemusí podstoupit test před cestou.

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

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

email: odvarkova@villasresorts.cz

# Jóga

---

## O LEKTORCE JÓGY: Zuzana Klingrová

Má první setkání s jógou byla váhavá, tak jak to u teenagerů často bývá. I přes to, že jsem se závodně věnovala japonskému bojovému umění – judu, tak mně tato východní filosofie příliš neoslovila. Cvičila jsem pozdrav slunci, protože trenéři tvrdili, že je to ideální rozcvička, díky níž budu pružná a mrštná a judo mi půjde lépe.

Tuto pravdu jsem pochopila až o pár let později, při studiu tělovýchovy. V té době jsem se věnovala lektorování aerobicu, spinningu, kick boxu, tvorbě kondičních programů nejen pro modelky, výuce plavání a potápění. I v tomto období jsem čerpala z jógy a začala ji vnímat jinými očima, chápat hlubší souvislosti a objevovat její kouzlo.

Začala jsem se účastnit seminářů u nás i v zahraničí, absolvovala kurz power jógy a úspěšně složila zkoušky na Hinduistickou universitu v Americe. Při studiu jsem složila zkoušky na instruktora Hatha yogy a další specializované kurzy – lektor jógy pro těhotné, jóga pro golfisty, Tantra yoga, jóga pro děti. Při dalším studiu jsem se začala hlouběji věnovat Yoga Therapy – léčení jógou.

Svou bakalářskou práci jsem věnovala právě léčení jógou u lidí s poruchou štítné žlázy. Další mojí specializací bylo využití jógy při problémech s neplodností, obezitou, cukrovkou, bolestmi a vadami páteře a depresemi. Díky hlubšímu zaměření na bolesti zad a problémy s depresemi jsem objevila inverzní terapii “yoga inversion” a absolvovala kurzy jógy bez tíže (Fly yoga), kterou jsem v květnu 2011 začala učit v pražském studiu Fitlight a v Resortu Svatá Kateřina.

Během svých cest do Indie jsem absolvovala jógové semináře, kurzy “jóga a ajurvéda” a navštívila Ústav léčení jógou v Násiku. Indie (zejména Rišíkés) je pro

mne velmi inspirativním místem a vždy se tam budu vracet pro načerpání energie, inspirace a nových vědomostí. Nové a nepoznané objevuji i při studijních cestách po Spojených státech a ve Velké Británii.

Během svých cest do Indie jsem absolvovala jógové semináře, kurzy “jóga a ajurvéda” a navštívila Ústav léčení jógou v Násiku. Indie (zejména Rišikéš) je pro mne velmi inspirativním místem a vždy se tam budu vracet pro načerpání energie, inspirace a nových vědomostí. Nové a nepoznané objevuji i při studijních cestách po Spojených státech a ve Velké Británii.

Na začátku roku 2012 jsem začala navštěvovat kurzy Anusara yogy a doufám, že brzy dokončím kurz zaměřený na probouzení a práci s životní energií – pránou (Shiva Rea – Prana Flow TT). Studium jógy je nádherná a dlouhá cesta, ráda se o své poznatky a zážitky s vámi podělím.

## **KONTAKT:**

<http://www.zuzanaklingrova.cz>

tel.: +420 777 604 979

email: [klingrova@katerinaresort.cz](mailto:klingrova@katerinaresort.cz)