

YOGA & WINDSURF na Fuerteventuře – DUBEN s Lenkou Báňovou



cena 26.190 Kč / osoba

Cena zahrnuje:

letenky Praha – Fuerteventura – Praha
transfery letiště – vila – letiště
ubytování ve 4* hotelu
polopenze
jógový program
možnost vodních sportů (windsurf, kitesurf)
český servis

CO VÁS ČEKÁ?

- jedinečně zaměřený pobyt – spojení jógy a vodních sportů (windsurf, kitesurf)
- skvělá cena vč. letenek a polopenze s ubytováním v luxusním čtyřhvězdičkovém hotelu přímo na pláži Sotavento
- ubytování ve dvoulůžkových pokojích
- stravování formou polopenze
- transfer z letiště do hotelu a zpět
- jóga program
- možnost zajištění lekcí vodních sportů (windsurf, kite surf), vč. zapůjčení veškerého vybavení



PRO KOHO JE POBYT VHODNÝ?

Pobyt je určen pro milovníky jógy i vodních sportů a adrenalinu s nimi spojený. Prostor pro aktivní i pasivní odpočinek a využití komplexních služeb – vše pro vás

zařídíme! Hotel nabízí luxusní a komfortní zázemí, kde si odpočinete od všedních starostí. Přes den se vyřadíte ve vlnách a jógový program Vám pomůže unavené svaly zregenerovat. Mezitím můžete odpočívat na krásné pláži nebo v zahradě a u bazénů.

Pobyt je vhodný pro začátečníky i pokročilé, ženy i muže. Ale i pro ty, kteří vodním sportům neholdují a chtějí si jen odpočinout a věnovat se józe.

POPIS UBYTOVÁNÍ

Hotel Meliá Fuerteventura se nachází na idylické pláži Sotavento s krásnými výhledy na moře. Hostům je k dispozici několik krásných bazénů – jeden ve stylu karibské labuny se slanou vodou uprostřed zahrad, sportovní bazén vedle posilovny a tenisového hřiště a tropický bazén.

Bufetové stoly při snídani a večeři pak uspokojí všechny milovníky jídla.

Nejvýznamnějším prvkem a důvodem, proč se hosté sjíždí do tohoto hotelu je však windsurfová a kitesurfová škola René Egli – největší na světě! S širokou nabídkou aktivit, lekcí, zapůjčení veškerého vybavení a hlavně nekončící zábavou a to kousíček od hotelu.

VYBAVENÍ POKOJŮ

Jóga retreat probíhá v komfortně zařízených a klimatizovaných dvoulůžkových pokojích. Součástí každého z nich je vlastní sociální zařízení, rozkládací pohovka, malá lednice, stůl a balkonový nábytek. Samozřejmostí je také minibar, fén a toaletní potřeby.

STRAVOVÁNÍ

V rámci polopenze si hosté mohou pochutnat na snídaních a večeřích formou

bufetu – studeného i teplého. V nabídce je jak mezinárodní kuchyně, tak místní speciality. Na vyžádání jsou k dispozici také bezlepkové varianty. Otevírací doba restaurace je 8:00-10:30, 13:00-15:00, 18:00-21:00 v zimě / 18:30-21:30 v létě.

PLÁŽ

Hotel se nachází na dlouhé písčité pláži Sotavento.

JÓGA LEKCE

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

V den příletu, odletu jóga není.

Ráno (cca od 7:00) bude probíhat krátká meditace, dechová cvičení a pak celkové protažení se zaměřením na střed těla a záda, aby se tělo připravilo na windsurfing, který je na záda hodně náročný – především pro začátečníky, a proto je potřebná pořádná kompenzace. Takže v podstatě budeme napravovat hříchy předchozího dne a noční zkrácení. (délka lekcí cca 75 min)

Odpolední lekce (od 17:00 s délkou cca 75 min) budou jemnější, zaměřené především na protažení po sportovních aktivitách, ale bude prostor i pro náročnější a pokročilejší pozice, které jdou odpoledne lépe, než ráno. :)



DALŠÍ AKTIVITY

surfová škola – René Egli by Meliá

Nekonečná písečná pláž Sotavento s tyrkysovým mořem a rozlehlým prostorem láká fanoušky windsurfingu i kitesurfingu z celého světa – a díky příjemným teplotám po celý rok! Každoročně již po 30 let se zde pořádá mistrovství v těchto sportech a místní škola je největší na světě, fungující již od roku 1984.



Tipy na výlet

Oasis Wildlife Fuerteventura Zoo, kurzy surfování na pláži La Pared, jízdy na velbloudech, výlety a pronájem lodí

DALŠÍ SLUŽBY

24 hodinová recepce, Wi-Fi, žehlení a praní, SPA, lehátka a slunečníky u bazénu, zapůjčení osušek, pronájem aut, směnárna, pronájem sportovních hřišť, lobby bar s výhledem na moře, několik restauračních zařízení, sluneční terasa

HODNOCENÍ CK

Chcete si užít dovolenou u moře s jógou a programem all inclusive? Hotel je ideální volbou pro milovníky krásných nekonečných dlouhých písečných pláží. Nachází se kousíček od pláže a cca 30 min chůze příjemnou procházkou podél moře od začátku střediska Morro Jable – Jandía, kde je nespočet obchodů, restaurací, barů, do centra letoviska vede krásná promenáda podél pobřeží oceánu. Krásná velká terasa na cvičení jógy v hotelu, doporučujeme i pro rodiny s dětmi.

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 Odvárková

www.VillasResorts.cz

tel. +420 702 047 307

email: odvarkova@villasresorts.cz

Ceník

BALÍČEK JÓGOVÝ POBYT

- **CENA: 26.190 Kč / osoba**

BALÍČEK JÓGOVÝ POBYT + KURZ WINDSURFU

- **CENA vč. skupinového základního kurzu windsurfu (2,5 hodinový trial course – teorie + příprava na pláži + praxe ve vodě): 28 090 Kč / osoba**

Cena zahrnuje: zpáteční letenky Praha – Fuerteventura – Praha, transfery letiště – hotel – letiště, informační schůzka s českou delegátkou, 7 nocí ubytování, polopenze, lekce jógy s jóga lektorkou v hotelu nebo na pláži (v příletový a odletový den jóga není), pojištění CK proti úpadku

Cena nezahrnuje:

- lekce vodních sportů – rádi Vám pomůžeme zajistit na místě dle zájmu o konkrétní sport a Vaše zkušenosti (v případě vybraného balíčku jóga a windsurf je v ceně základní kurz windsurfu viz info výše)
- cestovní a storno pojištění v případě storna ze zdravotních důvodů – Union za 560 Kč / osoba / pobyt informace o plnění ZDE – v případě vodních sportů doporučujeme vyšší připojištění rizikových sportů – 1 120 Kč / osoba / pobyt informace o pojištění

Minimální počet účastníků: 11 dospělých osob

Záloha nyní: 10.000 Kč / osoba

Zaplacená záloha je v případě storna ze strany klienta nevratná. V případě, že se osoba nemůže zakoupeného zájezdu zúčastnit, může si za sebe najít náhradníka, na kterého bude pobyt převeden.

Doplatek: 2 měsíce před odjezdem (do 16. 3. 2021), poté se pro rezervaci hradí

celková částka pobytu.

AKTUÁLNÍ OPATŘENÍ, COVID INFORMACE:

PŘED ODLETEM na Kanárské ostrovy

mít negativní PCR (ne starší než 72 h) nebo antigenní test (ne starší než 48 h) –
výjimku mají děti do 6 let
vyplnit Zdravotní formulář

PŘED ODLETEM z Kanárských ostrovů

mít negativní antigenní (ne starší než 24 h) nebo PCR test (ne starší než 72 h) –
výjimku mají děti do 5 let
vyplnit Příjezdový formulář

PO PŘÍLETU do ČR

do 5 dnů po návratu podstoupit kontrolní PCR test
výsledek testu zaslat příslušné hygienické stanici (do té doby dodržet samoizolaci)
10 dnů po návratu všude mimo domov nosit roušku nebo respirátor

POZOR! Výjimku z povinnosti absolvovat testy při návratu do ČR má cestující, který **prokazatelně prodělal nemoc Covid -19**, absolvoval **povinnou karanténu** a **nemá žádné klinické příznaky** nemoci Covid-19. **Tato výjimka platí pouze za předpokladu, že od prvního pozitivního výsledku RT-PCR neuplynulo více než 90 dnů.** Cestující musí předložit (před odletem z Kanárských ostrovů a po příletu do ČR) potvrzení od lékaře v českém nebo anglickém jazyce, kde bude uvedeno datum prvního pozitivního testu a potvrzení, že nemá žádné klinické příznaky. Tento cestující nemá povinnost absolvovat antigenní test v zahraničí, ani PCR po příletu. Zároveň je vyjmutý z povinnosti vyplnit Příjezdový formulář.

Aktuální informace prosím vždy sledujte také na mzv.cz

Informace, rezervace:

Ing. Nikola Odvárková

www.VillasResorts.cz

tel. +420 702 047 307

email: odvarkova@villasresorts.cz

Jóga

O LEKTORCE JÓGY: Lenka Báňová



Kdysi mi někdo řekl, že bych měla učit lidi, jak si pořádně vychutnávat život. Hodně mne to pobavilo, jenže uplynulo pouhých deset let dalšího poznávání a vychutnávání a života, až jsem si najednou uvědomila, že přesně to dělám.

Jsem Lenka a v Brně mám asi to nejmenší, ale nejkouzelnější jógové studio na světě Yoga Shala Brno. A taky mám toho nejlepšího manžela a dva skoropubertíáky k tomu. A taky jsem se před nějakou dobou úplně zbláznila do windsurfingu. Takže se poslední roky snažíme tohle všechno skloubit. Proto jsme si pořídili malé boží jógové spací surfauto, ve kterém v létě brázdíme evropské kraje. V zimě se zase jezdíme ohřát do Indie, kde poznáváme místní lidi, zvyky a život. Všechno to prokládáme jógou a surfováním, bez kterých si už život představit nedovedu.

POKUD NĚCO MILUJEŠ, TAK SI ZA TÍM JDI!

Pokud jsem se něco v životě naučila, tak je to přesně tohle. Ke šťastnému životu tě nepřivede byznysplán, výpočty, ani vědecký výzkum. Stačí naslouchat hlasu svého srdce. Tomu, který umí být tak tichounký, že se často nechá přehlušit hlasem rozumu. A díky všemu tomuto nerozumu a hlasitému srdci začali vznikat mé jógové pobyty. Pobyty, které se snažíme dělat hlavně u vody, a z nějakého zvláštního ?? důvodu vždycky poblíž surfového centra, školy, či půjčovny. A pokud nejde surfovat na vlnách či díky větru, tak alespoň paddleboardy aby byly. Prostě chci všem ukázat, jak nádherný je to pocit, brázdit vodu a snažit se domluvit se živly, které nám to umožňují.

Proto se taky velká část skupiny jogínů odebírá se mnou k surfovým školám, aby si tenhle skvělý pocit taky vyzkoušeli. Kombinace s jógou je přímo ideální. Jenom si představte:

1. ranní meditaci za zvuku oceánu
2. dechová cvičení v obklopení slaného mořského vzduchu

3. důkladné ranní protažení s výhledem na vlny (kdy jemně rozhýbáváme tělo a snažíme se kompenzovat, co jsme předchozí den přetížili při dovádění v moři)
4. dopolední surfování, či lenošení
5. podvečerní jógu (třeba i s pokusy o náročnější ásány, nebo taky ne :))
6. vycházky výlety
7. čirou radost a štěstí

Tak tohle všechno jsou naše pobyty s nádechem surfování. Teď jde jenom o to, jestli se přidáš.





