

# Summer Yoga Weekend v hotelu K-Triumpf s Juditou Berkovou – OBSAZENO!!! (ČR11)



**cena 5.190 Kč / osoba**

## **Cena zahrnuje:**

ubytování na 2 noci  
polopenze  
jóga program  
neomezené fitness a venkovní bazén  
1 hod wellness  
pronájem sálu na jógu  
pojištění CK proti úpadku





# VÍKEND S JÓGOU

**Pobytem Vás provede lektorka Judita Berková.**

**Termín: 30. 8. – 1. 9. 2019**

## **CO VÁS ČEKÁ?**

- ubytování v krásném hotelu v klidné oblasti s výhledem na oboru, rybníček a lesy
- výborná polopenze (bufetové snídaně a servírované večeře o 3 chodech – polévka, hlavní chod a dezert)
- neomezené fitness
- venkovní bazén
- 1 hod wellness v ceně pobytu
- lekce jógy a meditace s Juditou Berkovou v proskleném salonku s nádherným výhledem do okolní přírody nebo v případě příznivého počasí cvičení venku
- velké množství možností, kam se vydat do okolí na výlety (hospital Kuks, přehrada Les Království, Safari Park Dvůr Králové nad Labem, lázně Velichovky)

## **PRO KOHO JE POBYT VHODNÝ?**

- pro všechny milovníky jógy, přírody, dobrého jídla a odpočinku
- pro osoby starší 16 let, muže, ženy, páry i známé i jednotlivce, kteří nemají s kým vyrazit (nabízíme i jednolůžkové pokoje, případně ubytování s další nahlášenou klientkou)

## **POPIS UBYTOVÁNÍ**

Ubytování zajištěno v hotelu K-Triumf ve východočeských Velichovkách, kde se nachází i tradiční lázeňské místo. Hotel je svým způsobem unikát – nabízí ubytování s výhledem na oboru, rybník a jezdecký areál a zároveň poskytuje skvělé zázemí pro pobyt spojený s wellness, fitness či další sportovní aktivity. Fitness je k dispozici neomezeně všem návštěvníkům.

Milovníci aktivního odpočinku mohou využít jízd na koni, tenisové haly, zahrát si squash, bowling, stolní tenis, karambol, šipky nebo stolní fotbal. Z venkovních

aktivit se pak nabízí víceúčelové kurty na tenis, volejbal či nohejbal, krocket, petangue a hotel nabízí i možnost zapůjčení jízdních kol, protože i cyklostezek je v okolí mnoho! Po sportu si poté můžete odpočinout ve wellness, možnost relaxace ve whirlpool nebo sauně.

## JÓGA LEKCE

### JÓGA: NOVÉ ZAČÁTKY A JAK NECHAT STARÉ ZA SEBOU

**Skrze své tělo budeme pracovat s tématy:**

- Jak nechat staré za sebou
- Jak si nastavit svůj výchozí bod podle toho, co v hloubce chci
- Jak umět uvolnit kontrolu a začít si užívat života
- Jak být na sebe laskavá



Tento víkend je jako stvořený k rozloučení se se starými vzorci myšlení a starými vzorci toho, jak zacházím se svým tělem.

Nasajeme do sebe energii pozdního léta, uvolníme se až do „morku kostí“ a do nově vytvořeného prostoru ve své mysli i ve svém těle nadechneme svá přání, aby byl náš pozdím, zima a nebo zkrátka celý život plný důvěry a vědomí toho, že vše je možné a že se mi sny mohou plnit lehce a s radostí.

## **Harmonogram:**

18:00-19:00 Pátek – Večerní jóga 60 minut (Nový start, pouštění starého a nastavování nového výchozího bodu)

8:00-9:00 Sobota – Ranní jemné jógové probuzení 60 min (Jak se rozpouští tělesné a psychické zamrzlinky)

17:30-19:30 Večerní jógová praxe a oshova aktivní meditace 120 minut (Jak umět uvolnit kontrolu a začít si užívat života)

8:00-9:00 Neděle: Ranní jemná jóga 60 minut (Uvolnění v těle, uvolnění mysli a vědomá tvorba reality)

Minimální počet účastníků: 12 osob

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.

V případě zájmu o rezervaci nebo v případě jakýchkoliv dotazů nás neváhejte

kontaktovat:

**Informace, rezervace:**

**Ing. Nikola Odvárková**

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

[info@villasresorts.cz](mailto:info@villasresorts.cz)

tel. [702047307](tel:702047307)

# Ceník

---

## **CENA: 5.190 Kč / osoba / pobyt ve dvoulůžkovém pokoji typu Standard**

**Cena zahrnuje:** 2x ubytování se snídaní, večeře formou servírovaného menu (polévka+hlavní chod+dezert), jógový program s Juditou Berkovou (viz záložka Popis), 1h wellness, bazén a fitness zdarma neomezeně, pronájem Skleněného salonku na jógu

Minimální počet účastníků: 12 osob

Check-in: od 14 hod

Check-out: do 10 hod

**Záloha nyní: 2.500 Kč / osoba**

Doplatek: 2 měsíce před odjezdem, tedy do 28.6.2019 (pátek)

**Informace, rezervace:**  
**Ing. Nikola Odvárková**  
[www.VillasResorts.cz](http://www.VillasResorts.cz)  
[info@villasresorts.cz](mailto:info@villasresorts.cz)  
tel. [702047307](tel:702047307)













































# Jóga

---

## O LEKTORCE JÓGY: JUDITA BERKOVÁ



„Naše tělo je velmi moudré. Skrze něj se můžeme dostat k odpovědím, které bychom hlavou nevymysleli.“

Judita Berková je certifikovaná lektorka jógy. Jógu intenzivně praktikuje od roku 2010. Učí jógu v Praze ve své jógovně v malých skupinách a v Euforii.cz ve velkých. Prošla přes sólovou dráhu baletky a tanečnice, přes vyučování aerobiku v USA, až k józe, do které se bezhlavě zamilovala. Autorka intenzivního jógového

programu 10 DNÍ S JÓGOU , meditačního přístupu k ásanam v jógovém kruhu  
POSELSTVÍ ÁSAN a meditačního balíčku MEDITACE BOJOVNÍKA . Sp



Moc se na Vás těším!

**Judita Berková**

YOGA LIFE HAPPY LIFE

POSELSTVÍ ÁSAN

10 DNÍ S JÓGOU

MEDITACE BOJOVNÍKA

**[www.yogalifehappy.life.cz](http://www.yogalifehappy.life.cz)**

[info@yogalifehappyllife.cz](mailto:info@yogalifehappyllife.cz)

**La Que Sabe**

**Taneční ženské kruhy**

**[www.laqs.eu](http://www.laqs.eu)**

**[judita@laqs.eu](mailto:judita@laqs.eu)**













