

YOGA RETREAT SRI LANKA YASMIN HILL



3. - 11.1.2027

9 DNŮ/ 8 NOCÍ

**OTEVŘENÁ
NABÍDKA**

Retreat se uskuteční v úchvatném místě v horách **centrální Srí Lanky**, v pohodlí Yasmin Hill, který kromě dechberoucích výhledů a nesčetných možností procházek nabízí i mnoho dalšího pro osvěžení těla (velký bazén, ajurvédské procedury a výtečnou ajurvédskou kuchyni).

2x denně **jóga a pilates** v prostoru s nádherným výhledem na vrcholky stromů živoucí džungle na růženinové hoře

výlety na **čajovou plantáž**, ikonické **památky UNESCO**: jeskynní chrám Dambulla a skalní pevnost Sigiriya, **město kultury a historie** Kandy

DETAILY

www.fialkacentrum.cz

fialka.centrum@gmail.com

Ptejte se u Aleny a Ilony

Alena: 777 871 571

Ilona: 725 507 740



UBYTOVÁNÍ YASMIN HILL S PLNOU PENZÍ

9 DNŮ/ 8 NOCÍ

DOUBLE ROOM PRO DVĚ OSOBY 90 EUR/ NOC

SINGLE ROOM PRO 1 OSOBU 130 EUR/ NOC

Resort Yasmin Hill poskytuje skvělé zázemí pro cvičení jógy a pilates včetně všech pomůcek (podložky, deky, bloky, bolstery). Hotel je obklopen přírodou, je postaven z přírodních materiálů a vytváří tak atmosféru, která podporuje relaxaci a odpočinek. Zahrady a okolí hotelu jsou plné krásných stromů a květin, ovoce a zeleniny, koření a čajů, které rostou ve svém přirozeném prostředí.

Výtečná ajurvédská kuchyně (plná penze) podtrhuje chuť hýčkat své tělo v podobě ajurvédských masáží pod vedením zkušených ajurvédských lékařů.

Samozřejmostí je internetové připojení.

Můžete se osvěžit ve 20m bazénu s vodopádem, relax a odpočinek si můžete dopřát i v sauně nebo jacuzzi.

Prohlédnout si hotel a zjistit podrobnější informace můžete na webu hotelu (v češtině - hotel vlastní Češka Zlata Holušová):
<https://yasminhill.com/cs/>





JÓGA A PILATES

2X DENNĚ

Pokud nebudeme mít na programu výlet,
cvičení je naplánované 2x denně (ráno a večer).
V den příletu a odletu cvičení není.

Cvičit budeme nejen jógu, ale také pilates.
Všechny lekce přizpůsobíme, zvládne je tedy i úplný začátečník.

Cvičení může probíhat buď v Sati Hall uvnitř s dechberoucím
výhledem na východ slunce nebo ve venkovním
odpočinkovém pavilonu.

Všechny pomůcky na místě jsou plně k dispozici.

Pokud by někdo volný čas chtěl využít i na meditaci,
v Sati Hall jsou pohodlná meditační sedátka.





OBJEVME SRI LANKU

NUWARA ELIYA

Objevte kouzlo čajových plantáží a malebné krajiny na cestě do města Nuwara Eliya.

Trasa zahrnuje Ramboda Falls, Lover's Leap Falls a prohlídky čajových továren, kde lze ochutnat a zakoupit čerstvý čaj.

DAMBULLA A SIGIRIYA

Navštívíme dvě ikonické památky UNESCO: jeskynní chrám Dambulla a skalní pevnost Sigiriya.

KANDY MĚSTO KULTURY A HISTORIE

Chrám Budhova zubu (Temple of the Tooth)

Jedna z nejvýznamnějších buddhistických památek Srí Lanky a součást světového dědictví UNESCO. Chrám uchovává jeden ze čtyř Budhových zubů a nachází se v areálu bývalého královského paláce v Kandy.

Procházka botanickou zahradou (rozlehlý park), návštěva zabere přibližně 2 hodiny.



A CO DÁL?

Pro koho je **retreat vhodný**? Na retreat je možné se hlásit v jedné osobě (v takovém případě pokoj můžeme doplnit o dalšího klienta z naší skupiny, pokud si to budete přát kvůli ceně).

Nebo můžete vyrazit spolu s partnerem, manželem, rodiči, dětmi (16+) a přáteli.

Jógový a pilates program je samozřejmě **volitelný**. Jógové lekce budou vedeny tak, aby se mohl zúčastnit i začátečník.

Otevřená nabídka:

Ubytování každý hradí napřímo hotelu.

Cena za osobu ve dvoulůžkovém pokoji je 90 EUR/ noc (tj. 720 EUR celkem), včetně plné penze.

Cena za osobu v jednolůžkovém pokoji je 130 EUR (tj. 1040 EUR celkem), včetně plné penze.

Lektorský a organizační poplatek (rezervační poplatek) 7.000 Kč.

Letenky si každý zajišťuje sám na letišti Colombo (cca 20.000 Kč). Pro zajištění letenek můžeme dodat kontakt.

Transfer z hotelu a na hotel v případě hromadné dopravy cca 1000 Kč - hradí se nám (zaplatíme hromadně na místě přepravci). Pokud zvolíte jiný let než většina účastníků, transfer si hradíte sami nebo můžete počkat na letišti na ostatní. Čas bude upřesněn.

Výlety doprava 1000 Kč - hradí se nám (zaplatíme hromadně dopravci).

Výlety vstupy - každý si hradí přímo u vstupu, celkem cca 1.200 Kč.

Celkově tedy YOGA RETREAT NA SRI LANCE vychází na cca **50.000 Kč**.

Ajurvéda - je možné si nad rámec objednat různé balíčky.

Plný balíček za 67 EUR, obsahující 2-3 procedury za den včetně vstupní konzultace, konzultací v průběhu, podpůrných čajů a bylinných preparátů.

Vstupní a výstupní rozbor krve za 50 EUR.

Doporučujeme zajistit si **cestovní pojištění včetně storna** (před koupí letenek a úhradou ubytování). Kontakt na pojišťovacího agenta můžeme dodat.

Po celou dobu pobytu vám k dispozici budou **lektorky Alena a Ilona**.

Yoga retreat není organizován jako zájezd s cestovní kanceláří, každý si hradí napřímo ubytování, letenky a pojištění samostatně.

Minimální počet účastníků je 10 + 2 lektorky. Maximální počet je 20 + 2 lektorky.

Platební podmínky:

Pro **závaznou rezervaci** je potřeba co nejdříve uhradit **zálohu** ve výši 7.000 Kč v hotovosti.

Tato záloha je nevratná, je ale možné za sebe najít náhradníka.

V případě zrušení retreatu ze strany organizátorů je vrácena 100% částka rezervačního poplatku.

Hotel, letenky a pojištění bude možné objednat po tom, co nashromáždíme potřebný minimálně počet účastníků (očekáváme cca 07/2026).