



Joogamatka Gardajärvelle toukokuussa 2017

Lähde kulttuuria ja kulinaria sisältävälle joogamatkalle upealle Gardajärvelle Italiaan 23.5–28.5.2017. Majoitumme ylliseen, hotelliksi restauroituun keskiaikaiseen luostariin Villa Arcadioon, joka sijaitsee reilun kahden kilometrin päässä Salòn kaupungista.

Matkan hinta 1210 euroa sisältää:

- Majoituksen Villa Arcadiossa kahden hengen huoneessa (www.hotelvillaarcadio.it). Yhden hengen huoneen lisämaksu on 250 €/5 vrk.
- Ohjatut joogaharjoitukset aamuin illoin sertifioidun iyegarjoogaopettajan Katja Keräsen ohjauksessa. Harjoitukset sopivat kaikenikäisille, aloitteleville ja pidempään harjoitelleille joogeille. Jokainen tekee harjoitusta omaa kehoaan kuunnellen ja Katja antaa tarvittaessa vaihtoehtoja. Huom. keskiviikkona Veronan retken vuoksi vain aamuharjoitus.
- Aamiaiset (5 kpl) ja illalliset (4 kpl) Villa Arcadiossa.
- Retken “rakkauden kaupunkiin”, Romeon ja Julian Veronaan. Tutustumme emäntämme Jaana Nakarin opastuksella muun muassa Piazza Bra-keskusaukioon, jonka äärellä on yksi maailman upeimpia oopperoiden esityspaikkoja, roomalaisaikainen Arena-amfiteatteri. Sieltä lähtee myös pääshoppailukatu Via Mazzini, joka johtaa yhdelle Italian kauneimmista aukioista Piazza Erbellle. Jatkamme matkaa ihallemaan Julian parveketta. Näemme myös keskiaikaisen Castelvecchio-linnakkeen, jossa toimii nykyään nykytaiteen museo. Alueella on mukava viettää aikaa, ja Ponte Scaligero -sillalta on kauniit näkymät Adige-joelle.
- Tulomatalla kohotamme Franciacorta-kuohuviinialueella tervetuloalajat ja nautimme kevyen lounaan. Paluumatkalla shoppailemme Outlet-centerissä.
- Lentokenttäkuljetukset bussilla seuraavilta lennoilta: tulolento ti 23.5.2017 Lufthansa Helsinki–**Milano Linate** klo 6.50–12.05 (välilasku Frankfurtissa) ja paluulento su 28.5.2017 Lufthansa **Milano Malpensa**–Helsinki (välilasku

Frankfurtissa) klo 18.45–00.30. Huomio: lennot eivät kuulu matkan hintaan, mutta matkanjärjestäjä suosittelee näitä lentoja. Nämä lennot maksavat tällä hetkellä (2.7.2016) alkaen 166,49 euroa.

- Jos saavut muuna ajankohtana eri lennolla, matkanjärjestäjä ei vastaa kuljetuksista lentokentän ja Villa Arcadion välillä. Kysy kuitenkin vinkkejä tarvittaessa.

Tarkempi ohjelma lähetetään kaikille osallistujille kaksi viikkoa ennen matkaa.

Matkan varaaminen ja vakuutukset:

Varaa paikkasi pian, sillä paikkoja on rajoitetusti. Varmista paikkasi ilmoittamalla henkilötietosi (nimi, osoite, puhelin, email, syntymäaika) katja@balanssittraining.com ja maksamalla varausmaksun, 320 euroa (viitteeksi: JoogaGarda varaus touko 2017) tilille: Balanssitavel FI06 5780 3820 1172 64. Varausmaksua ei palauteta. Loppusumma, 890 euroa, maksetaan samalle tilille viimeistään 1.5.2017. Varaa suosituslennot heti, kun olet saanut paikkavahvistuksen. Matkanjärjestäjä suosittelee kaikille matkavakuutuksen ottamista mahdollisten äkillisten esteiden tai sairastapausten varalle.

Lämpimästi tervetuloa mukaan matkaan!

Katja

www.balanssittraining.com

Balanssittraining/Balanssitavel on kilpailu- ja kuluttajaviraston hyväksymä vastuullinen matkanjärjestäjä.