

"Kuvittele paikka, missä rannat ovat yhtä safiirisen upeita kuin Kroatiassa, vuoret jylhät kuin Sveitsissä, rotkot melkein yhtä syvät kuin Coloradossa, rakennukset yhtä elegantteja kuin Venetsiassa ja kaupungit yhtä vanhoja kuin Kreikassa.. sitten liitä tähän kaikkeen Välimeren ilmasto ja ahda tämä paikka kaksi-kolmasosan kokoiseen Walesiin..alat saada kuvan Montenegrossa!" -Lonely Planet

VOIMAANNU JA HILJENNY HENGITTÄEN MONTENEGROSSA!

Lähde mukaan voimaannuttavalle matkalle itseesi Montenegron huikaisevan kauniisiin ja ainutlaatuisiin maisemiin, jotka ravitsevat sydäntä ja sielua.

Viikon aikana keskitymme vapauttamaan kertynyttä stressiä ja jännityksiä kehosta sekä mielestä. Teemme tilaa levollisuudelle ja läsnäololle, jossa voimme kokea vahvempaa yhteyttä itseemme ja hengittää taas helpommin omassa elämässämme.

Matkaamme kohti luonnollista, virtavaa hengitystä, jonka eteen on saattanut kertyä monenlaisia sisäisiä esteitä. Pysähdymme itsemme äärelle olemaan ja luopumaan suorittamisesta ja vaatimuksista – vain kuuntelemaan ja vastaanottamaan kaikkea mitä tarvitsemme voidaksemme kokonaisvaltaisesti hyvin.

Työskentelemme ohjatusti oman itsemme kanssa käyttäen hengitystä tukevia ja vapauttavia kehollisia harjoituksia, läsnäolo-, tiedostamis-, mielikuva- ja hengitysharjoituksia, meditaatiota, sekä ammennamme ympäröivän luonnon koskettavasta kauneudesta.

Vetäjänä toimii Sari Saario Hyvänolonhoitola Keijusta – psykofyysinen hengitysterapia- ja hengityskouluohjaaja, logoterapia ohjaaja, henkinen parantaja, tunnekeho- ja kehoterapeutti, hieroja, vyöhyketerapeutti ja NLP-Practitioner. Lisätietoja Sarista www.hoitolakeiju.fi



Mukana matkalla on montenegrolainen matkanjohtaja/ opas joka esittelee maata sujuvalla suomenkielellä, osaten kertoa maan historiasta ja nykypäivästä paikallistuntemuksella.



Kohde: Herceg Novi, Montenegro

Ajankohta: 19. - 26.04.2021

MAJOITUS HOTEL SUN RESORT ***

Hotel Sun Resort on tasokkaampi hotelli aivan Herceg Novin keskustan tuntumassa. Hotellilla on oma uima-allasalue, oma ranta sekä pieni kylpyläosasto, missä on mm. poreallas ja kaksi saunaa. Hotellilla on myös tenniskenttä. Huoneissa on ilmastointi.

Hotelli sijaitsee rantabulevardin varrella. Herceg Novin keskustaan on vajaan kilometrin matka.

Hinta: 995€/hlö

Hinta sis. lennot Helsinki–Dubrovnik- Helsinki ja takaisin
lentokenttäkuljetukset kohteessa
majoitus Hotel Sun Resort 2hh
aamiainen + päivällinen
suomenkielisen oppaan palvelut

1hh –lisä +135€
merinäköalalisä +90€/hlö

Hinta ei sis. toimistokulut 15€/lasku

Lento aikataulu :
-Helsinki 08:00 -> 10:00 Dubrovnik
-Dubrovnik 10:50 -> 14:50 Helsinki

Retket lisähintaan:

- **Perast & Kotor: *Yksi maailman kauneimmista lahdista!***
Ajetaan Kotorin lahti ympäri. Tutustutaan historialliseen Perastin kylään, mahdollista vierailta Gospa od Skrpjela saarella (veneyhteys Perasista). Tutustuaan Unesco suojattuun Kotorin vanhaan kaupunkiin ja pistäydytään ostoskeskuksessa. 55€/hlö

Lisätietoja Sarilta: sari@hoitolakeiju.fi

Matkavaraukset suoraan Päiville:

Päivi Bigovic

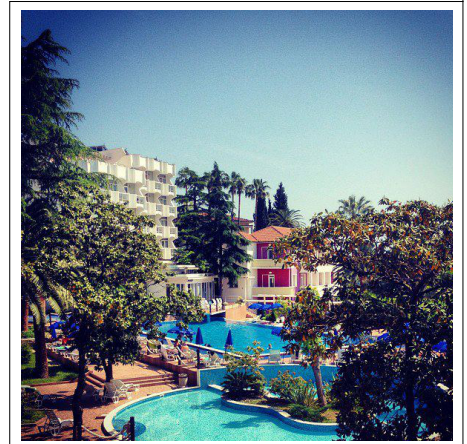
TILAUSMATKAT OY

p. 0400 870 262, 017 26 333 23

paivi.bigovic@tilausmatkat.info

www.tilausmatkat.info

toimisto@tilausmatkat.info



Matkaehdot: ennakkomaksu 150€/hlö tulee maksettavaksi heti

Ennakkomaksua ei palauteta jos tulee peruutus tämän jälkeen. Loppumaksu eräännyy **kuusi viikkoa ennen matkaa.**

www.montenegronmatkat.com

p. 017 – 26 333 23