

MIÉRT ÉPPEN SRÍ LANKA?

Hajnalodik Sigiriya felett. A trópusi táj lassan életre kel, a távolban pedig kirajzolódnak az ősi sziklák, és néhány percre minden egészen csendesnek tűnik. Valahogy így képzeljük ennek a hétnek a reggeleit.

Srí Lanka egyszerre vad és szelíd. Ősi buddhista templomok, hatalmas sziklák, elefántcsordák, fűszerek illata, ködös teaültetvények és az Indiai-óceán végtelen horizontja váltják egymást ezen a sokszínű szigeten.

Olyan helyet kerestünk a következő AVANOVA elvonuláshoz, amely inspirál, kizökkent a megszokottból, és egyszerre ad teret a közös gyakorlásnak és egy új világ felfedezésének. Srí Lankán mindezt megtaláltuk.









EGYÜTT TÖLTÖTT IDŐ

A hét programját úgy állítottuk össze, hogy a csendesebb, elmélyülésre szánt napokat mindig egy mozgalmasabb, felfedezésekkel teli nap kövesse.

A hotelben töltött napokon reggeli meditáció és jóga után az előadások, közös beszélgetések és hosszabb meditációs gyakorlatok kapják a főszerepet. Ilyenkor van időnk egy-egy témában mélyebbre menni, kérdezni, megosztani egymással a felismeréseinket.

A felfedezésekkel teli napokon útnak indulunk, és Srí Lanka különleges természeti, kulturális és spirituális helyszíneit járjuk be. Így a hét során az elmélyülés, a közös élmények és a felfedezés természetesen kapcsolódnak egymáshoz, és együtt adják meg az elvonulás sajátos ritmusát.









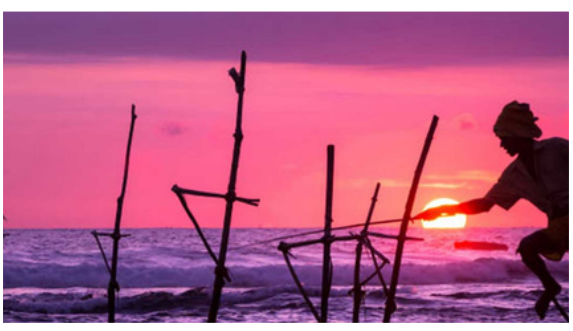
VALÓDI ELMÉLYÜLÉS, ÁTHANGOLÓDÁS, FELTÖLTŐDÉS

Amikor néhány napra kilépünk a megszokott környezetünkből, sok minden más perspektívába kerül. Távolabbról könnyebb ránézni arra, hol tartunk, mire vágyunk, és mi az, aminek szeretnénk több teret adni az életünkben.

Egy ilyen hétben éppen az a különleges, hogy van időnk megérkezni a saját gondolatainkhoz, új felismerésekhez, és azokhoz a kérdésekhez is, amelyekre a hétköznapokban ritkán jut valódi figyelem.

Azt szeretnénk, hogy ebből a hétből feltöltődve, emelkedett tudattal és inspiráltan térjünk haza.









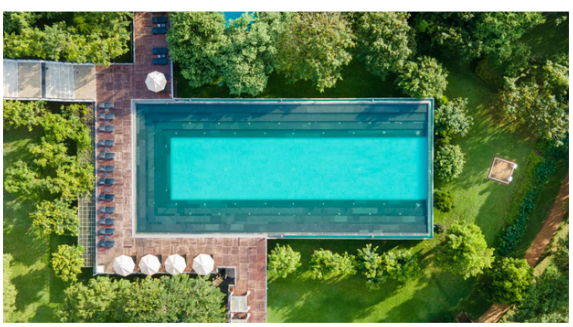
ALIYA RESORT & SPA – A HÉT OTTHONA SIGIRIYÁBAN

Az elvonulás hat éjszakáját Sigiriya különleges természeti környezetében, az Aliya Resort & Spa-ban töltjük. Olyan szállást választottunk, amely egyszerre nyugodt, kényelmes és tágas teret biztosít az együtt töltött napokhoz.

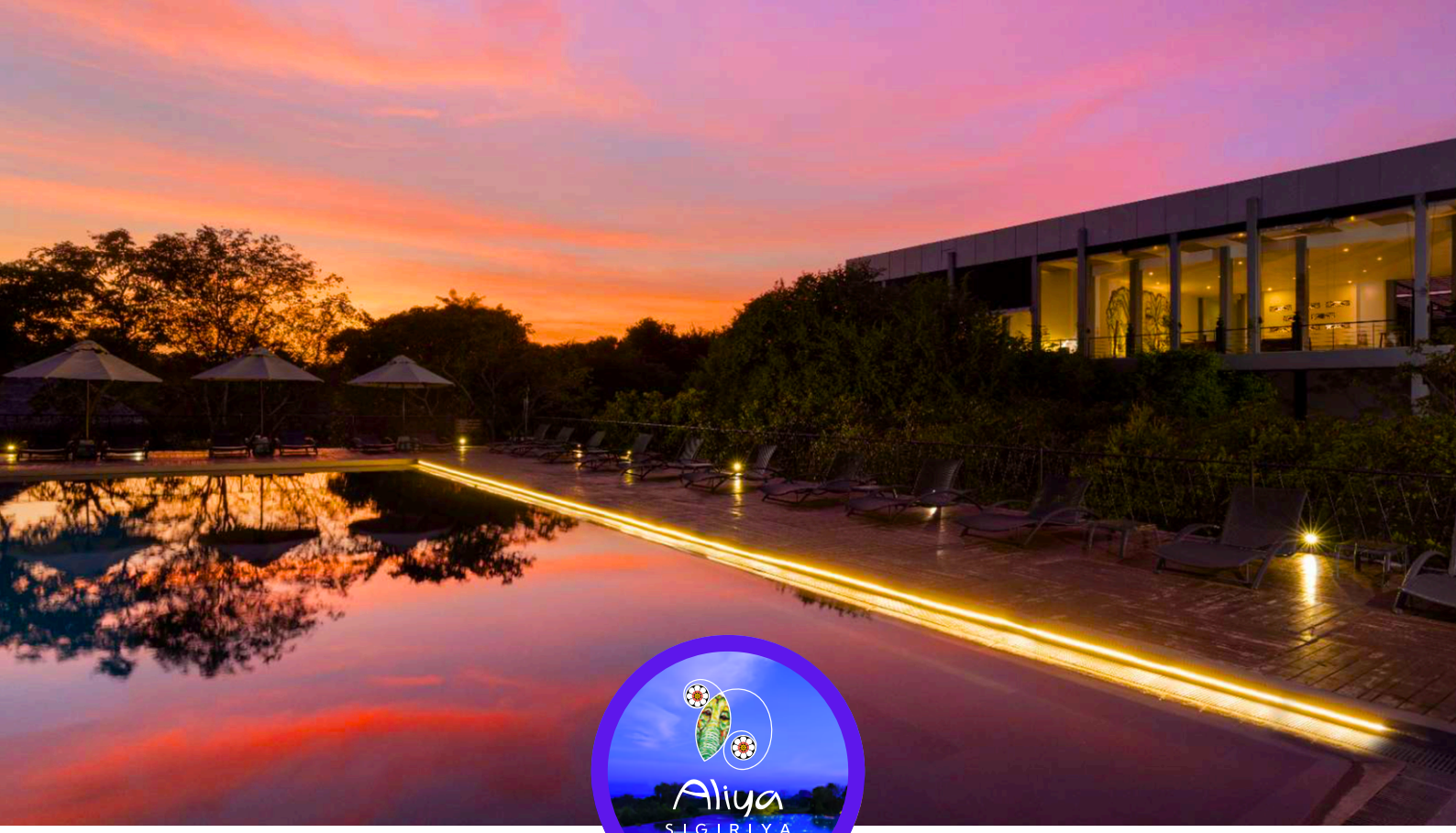
A resortot buja trópusi növényzet veszi körül, a medencétől és a közösségi terektől pedig a környék jellegzetes tája tárul elénk. Itt lesz lehetőségünk pihenni, feltöltődni, közösen étkezni, és élvezni mindazt a kényelmet, amely jólesik egy tartalmas nap végén.

Az Aliya Resort & Spa lesz a közös otthonunk Srí Lankán, egy hely, ahová jó lesz minden este megérkezni.









Az Aliya Resort & Spa a szállás mellett a közös programokhoz szükséges tereket és eszközöket is biztosítja. Az elvonulás ideje alatt az alábbi szolgáltatások állnak rendelkezésünkre:

- Napi reggeli és vacsora
- Szabadtéri medence
- Babzsákok és jógamatracok
- Jógaoktatás a közös gyakorláshoz
- Előadóterem meditációkhoz, előadásokhoz
- Közösségi tér a beszélgetésekhez

Az Aliya nyugodt, természetközeli környezete ideális teret biztosít arra, hogy a felfedező programok között lelassítsunk, megpihenjünk és új energiával töltődjünk fel.







PROGRAMOK





Három napot kifejezetten az elmélyülésnek szentelünk. Így megszakítás nélkül jut idő a közös beszélgetésekre, előadásokra és gyakorlásokra. Ezek a napok nyugodtabb tempóban telnek, több szabad idővel, hogy valóban legyen időnk megérkezni önmagunkhoz és egymáshoz.





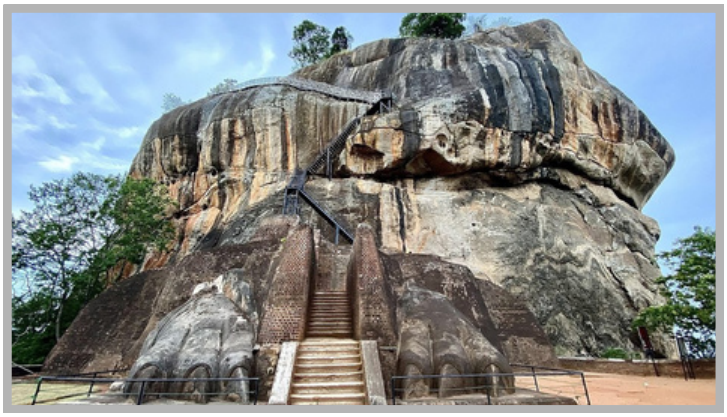
A hét során minden nap közös reggeli és vacsora vár ránk a hotelben. Ezek az étkezések a nap természetes találkozási pontjai lesznek, ahol kötetlenül beszélgethetünk és együtt zárhatjuk vagy indíthatjuk a napot.





A felfedező napokon Srí Lanka történelmi, kulturális és természeti helyszíneit járjuk be. Sziklaerődök, buddhista szent helyek, elefántok, fűszerkertek és hegyvidéki tájak teszik változatossá a programot.

PROGRAMOK



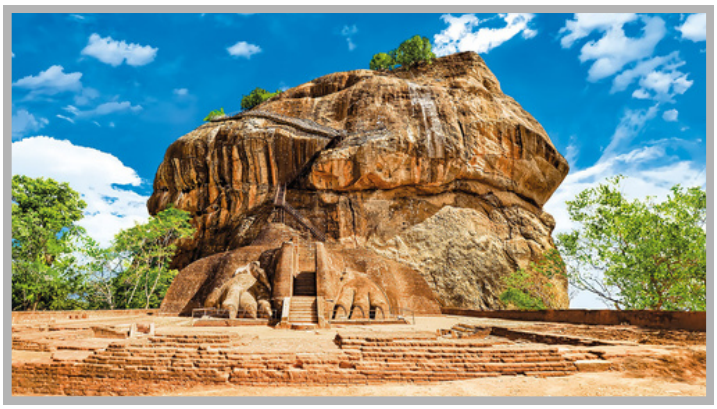


Sigiriya sziklaerőd. Srí Lanka egyik legismertebb UNESCO világörökségi helyszíne, az 5. században épült sziklaerőd. Freskói, vízikertjei, az Oroszlán-kapu maradványai és a magasból nyíló panoráma teszik igazán különlegessé.





Minneriya Nemzeti Park. Dzsipszafarin járjuk be a parkot, ahol természetes élőhelyükön figyelhetjük meg Srí Lanka vadon élő elefántjait, miközben a rezervátum változatos élővilágából is ízelítőt kapunk.

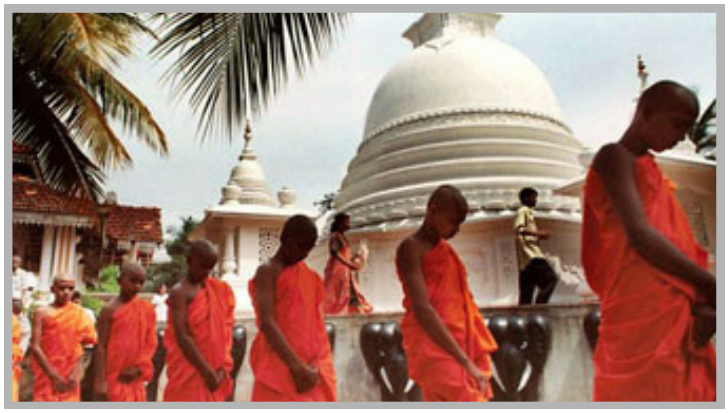




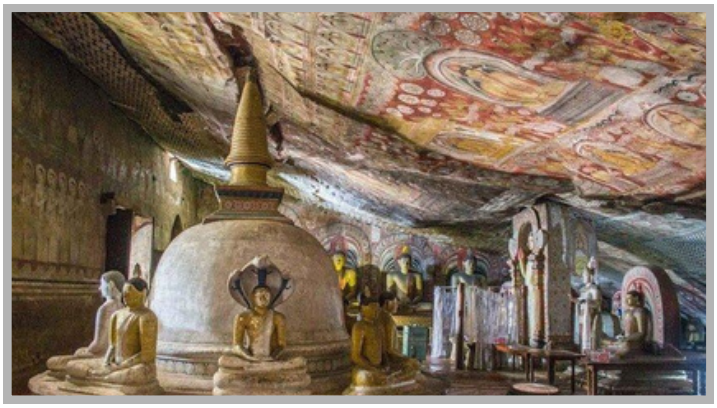
Pidurangala. Kora hajnalban indulunk a sziklára, ahol napfelkeltekor közös meditáció vár ránk, lenyűgöző kilátással Sigiriyára és a környező tájra. A különleges helyszín és a hajnali csend egészen sajátos hangulatot ad ennek a közös élménynek.

PROGRAMOK





Buddhista templom és meditáció. Egy helyi templomban tanításon és áldáson veszünk részt, amelyet rövid közös meditáció egészít ki. Így közvetlenebbül is kapcsolódhatunk Srí Lanka buddhista hagyományaihoz.





Dambulla barlangtemplom. Az ősi barlangok falait és mennyezeteit évszázados freskók borítják, a barlangokban pedig számos Buddha-szobor található. A hely különleges atmoszférája és gazdag története önmagában is emlékezetes élmény.



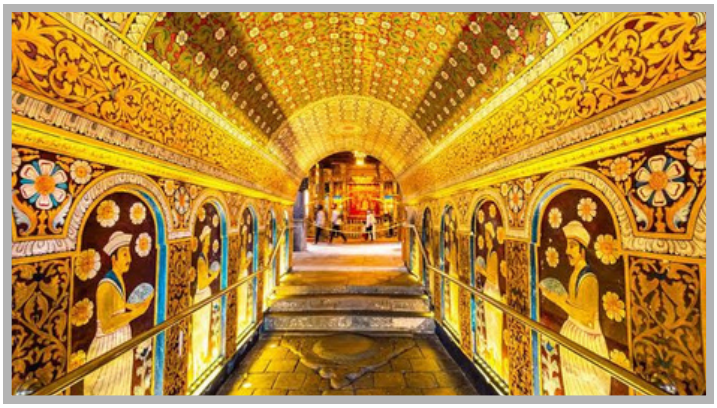


Matale fűszerkert. Fahéj, kardamom, bors és számos trópusi növény között járva közelről láthatjuk, hogyan termesztik és használják Srí Lanka híres fűszereit. Az illatok és növények egészen más oldaláról mutatják meg a szigetet.





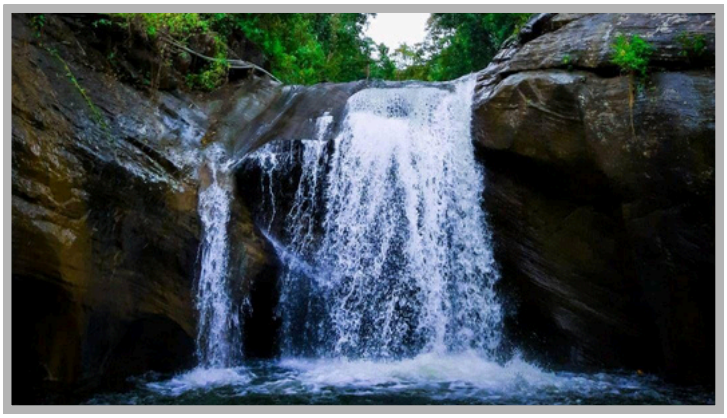
Kandy. Srí Lanka egykori királyi fővárosában a festői tó, a történelmi városközpont és a buddhista hagyomány különleges hangulata kíséri rövid felfedezésünket.





Szent Fog temploma. Kandy legfontosabb szentélye, ahol a hagyomány szerint Buddha egyik fogereklyéjét őrzik. A templom ma is a vallási élet központja, az ország legjelentősebb zarándokhelye.





Nuwara Eliya. A „Little England” néven ismert várost ködös dombok, vízesések, teaültetvények és hűvösebb klíma jellemzi. Itt Srí Lanka trópusi tájait egy egészen más, hegyvidéki világ váltja fel.





Bentota. A hét végén Srí Lanka trópusi tengerpartjára érkezünk. Innen mindenki a saját tervei szerint alakíthatja tovább az utazását, legyen szó tengerparti pihenésről vagy további felfedezésről.



FONTOS TUDNIVALÓK

Srí Lanka trópusi ország, így a természet közelsége és az időjárás változatossága is az élmény része. A program ritmusa úgy van kialakítva, hogy legyen benne közös élmény, elmélyülés és elegendő tér a pihenésre is.









• A szigeten 220–240 V-os hálózat használatos, a konnektorok jellemzően az angliai szabványnak megfelelő, háromtüskés Type G típusúak. A biztonság kedvéért mindenkinek javasoljuk, hogy hozzon magával univerzális utazóadaptert.

• Kényelmes cipő, naptej és szúnyogriasztó ajánlott.

• Buddhista templomokban vállat és térdet fedő öltözék szükséges, a cipőt le kell venni.

• Az érkezési és indulási transzferek díja a létszám függvényében változik. A transzfereket a csoport lezárását követően, de legkésőbb az érkezés előtt két héttel osztjuk be úgy, hogy az egy főre jutó költség mindenki számára a lehető legkedvezőbb legyen.



RÉSZVÉTELI DÍJ

EARLY BIRD
KÉTÁGYAS ELHELYEZÉS, ÁR/FŐ
1975 €
NOVEMBER 30-ig

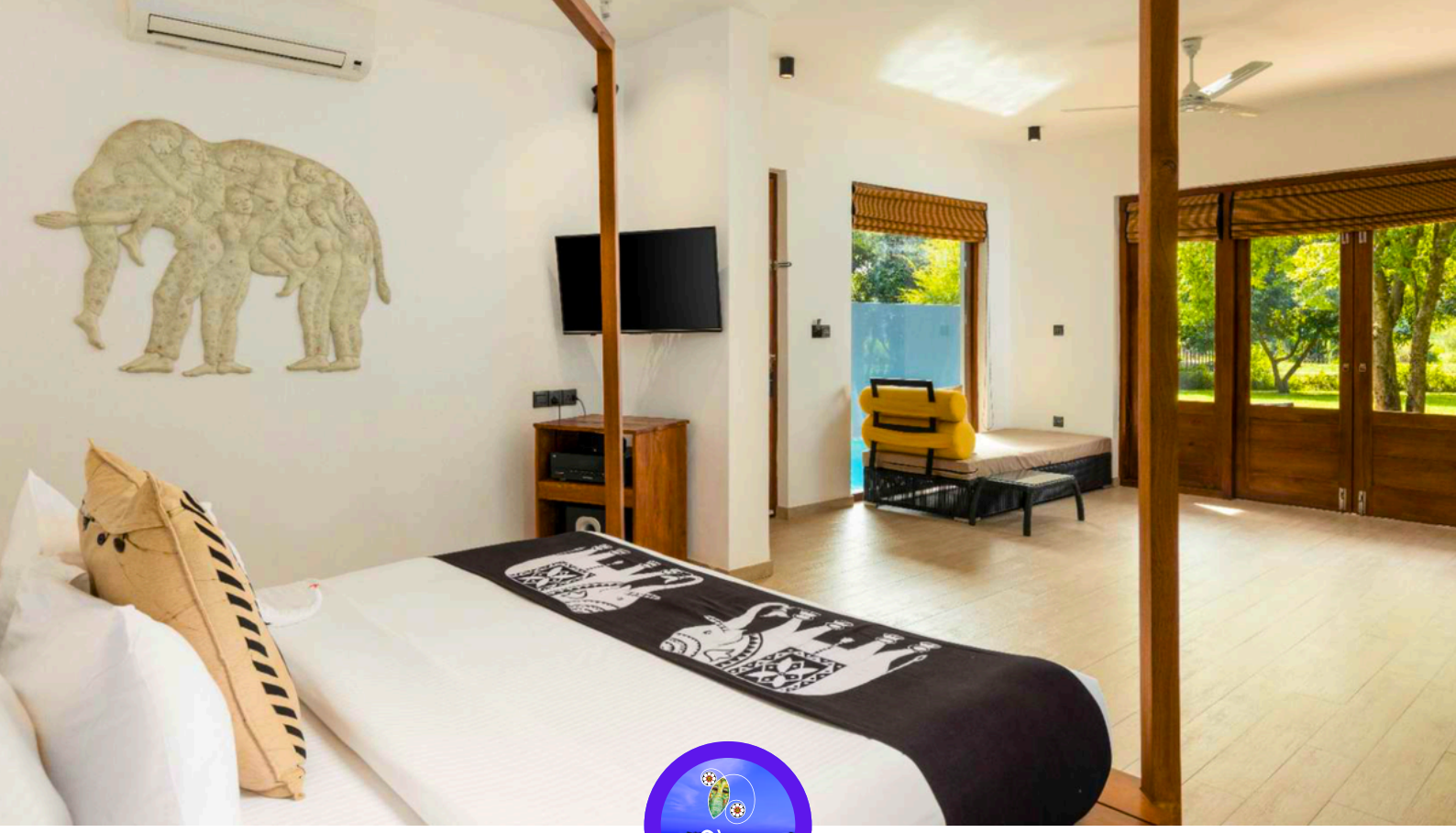
RÉSZVÉTELI DÍJ
KÉTÁGYAS ELHELYEZÉS, ÁR/FŐ
2250 €
DECEMBER 1-TŐL

EGYÁGYAS FELÁR
EGYÁGYAS ELHELYEZÉS
+ 350 €
DÁTUMTÓL FÜGGETLEN

AZ ELVONULÁS TELJES ÁRA A KÖVETKEZŐKET TARTALMAZZA:

- 6 éjszaka az Aliya Resort & Spa-ban
- Félpanziós ellátás: napi reggeli és vacsora
- Reggeli meditáció és jóga az érkezés és az indulás napja kivételével
- Jógamatracok, babzsákok és közös gyakorlóterek
- 3 teljes napra klimatizált jógaterem
- Sigiriya Rock Fortress és Minneriya szafari
- Pidurangala napfelkelte meditáció
- Buddhista áldás, meditáció és Dambulla látogatás
- Kandy / Nuwara Eliya / Bentota program
- Programokhoz kapcsolódó idegenvezetés angol nyelven

Az egyágyas elhelyezés külön felár ellenében kérhető. A repülőjegy, a vízum, az utasbiztosítás, az egyéni transzferek és az ebédek nincsenek benne az árban. A részvételi díj kifizetése a Bernard Tours (Pvt) Ltd. utazási iroda felé 2 részletben történik: 50% előlegként, a fennmaradó 50% pedig a helyszínen, készpénzben fizetendő. A Bernard Tours több mint 35 éve működik, és Srí Lanka egyik meghatározó helyi utazásszervezője.

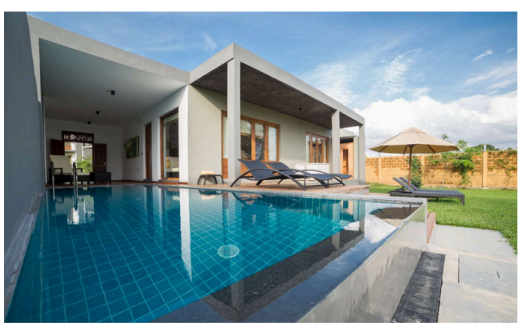


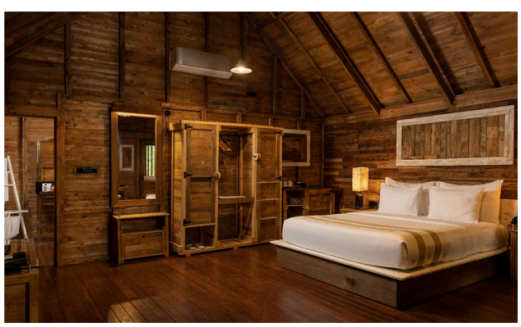
SZOBA VÁLASZTÁSI LEHETŐSÉG AZ ALIYA RESORTBAN

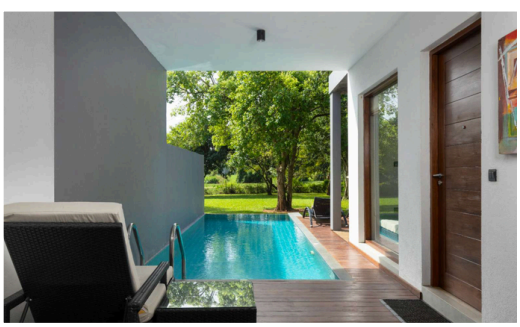
A szobák elosztása a jelentkezések beérkezési sorrendje és a résztvevők személyes igényei alapján történik; az előleg befizetéséig azonban nem áll módunkban szobatípust garantálni.

Az elvonulás alapárában a DELUXE szoba szerepel, felárral lehetőség van igény szerinti módosításra az alábbiak szerint:

- **Attic Family** szoba felára: 330 €
- **Wooden Chalet** felára: 440 €
- **Suite** felára: 1800 €







AZ ÚT LEFOGLALÁSA – A KÖVETKEZŐ LÉPÉS

Az elvonulás kapcsán idén is **Jurák Zsolt** utazási tanácsadó lesz a fő segítségünk, aki az esemény szervezésében és az utazásod teljes körű lebonyolításában is támogatást nyújt.

Következő lépésként kérjük, vedd fel Zsolttal a kapcsolatot. Ő lesz segítségedre az elvonulás lefoglalásában, a repülőjegyek foglalásában, a hotelszoba kiválasztásában és az egyéni igények egyeztetésében.

A túljelentkezés miatt kérjük, minél előbb vedd fel a kapcsolatot Zsolttal, hogy biztosítani tudd a helyed az elvonuláson, és időben elkezdhessétek az utazás részleteinek egyeztetését. A korai szervezés a repülőjegyek kedvezőbb árának elérésében is segíthet.



Kedves Utazó! 🧡

Jurák Zsolt vagyok. Bármikor írhatsz nekem, a fenti számon elérsz! Örömmel segítek megtalálni a legjobb ár-érték arányú repülőjegyet, hogy az utazás már az első lépéstől gördülékeny legyen.

Emellett szívesen segítek abban is, ha az elvonulás előtt vagy után szeretnéd tovább felfedezni Srí Lankát. Legyen szó tengerparti pihenésről, kulturális programokról vagy egyéni útvonalról, az utazást a saját igényeidhez és lehetőségeidhez tudom igazítani.

Segítek mindenben, ami ahhoz kell, hogy az utazásod gördülékeny és emlékezetes legyen, a repülőjegytől a szálláson át a további programokig, egyéni igényekre szabva.



ZÁRÓ GONDOLATOK

Egy ilyen útból végül gyakran azok a pillanatok maradnak meg bennünk a legerősebben, amelyeket előre nem lehet megtervezni.

Egy naplemente, egy jó beszélgetés, egy közös nevetés vagy egy váratlan felismerés meditáció közben. Olyan pillanatok, amelyek egyszerűen azért válnak fontossá, mert együtt éljük meg őket.

Srí Lanka most egy új közös történet helyszíne lesz számunkra. Egy hét felfedezéssel, közös élményekkel és olyan tapasztalatokkal, amelyekből mindannyian mást viszünk majd magunkkal.

Nagyon várom, hogy együtt járjuk be ezt a különleges országot, és megéljük mindazt, amit ez a hét tartogat számunkra. Az élet játék és kaland. Teremtsünk hát új emlékeket!

Szeretettel

Mester Tamás