

NESMĚŇKA ve spolupráci s CK Lostar pořádá zájezd s programem

CESTA K SOBĚ

Řecko - Kréta (Bali)

26. květen - 2. červen 2018

cca 476,- EURO

Cena zahrnuje leteckou dopravu, transfer, ubytování v apartmánech pro dvě osoby na 7 nocí, letištní taxy a služby delegáta. V místě se hradí pobytová taxa.



Ubytování

Hotel Sarlot Studios * příjemný rodinný hotel s překrásnými výhledy na moře**

www.sarlot.net

Sarlot leží v oblíbeném turistickém středisku Bali (cca 2 km od hlavní pobřežní komunikace). 100 m od písečně-oblázkové pláže s pozvolným vstupem do moře. Ve vzdálenosti cca 150 m je starý přístav s řadou nákupních možností či posezení v taverně nebo kavárně. Historické městečko Rethymno je vzdáleno cca 34 km a hlavní středisko oblasti město Herkalion cca 50 km. Mezinárodní letiště je 54 km daleko. Ve středisku Bali je zastávka místní Autobusová dopravy, díky které se lze snadno dopravit do zajímavých míst v okolí.

Apartmentový komplex tvoří několik budov umístěných nad kavárnou, minimarketem a obchodem se suvenýry, které patří majiteli. Z většiny studií je výhled na moře a blízké

letovisko. Ke komplexu patří i sluneční terasa. Lehátka a slunečníky jsou na pláži za poplatek (6 EUR/set 2 lehátka a slunečník). Na pláži v sektoru s lehátky funguje obsluha místní taverny Akrogiali. Od domu se na ni dostanete nejrychleji po 71 schodech vedoucích přímo do taverny u moře nebo malou oklikou po silnici. WiFi internet je ve společných prostorách komplexu zdarma. Výhodou tohoto hotelu je poloha ve středu letoviska Bali s velmi typickou atmosférou a příjemnými večery v některých z malebných taveren u moře. Klienti mohou využívat bazén v přilehlém komplexu Sofia (20 m), kde si lze přioobjednat stravování.

Popis apartmánu

Studia pro 2 osoby mají vlastní příslušenství se sprchou, kuchyňský vybavený kout s lednicí, balkon nebo terasa s výhledem do zahrady nebo na moře (za příplatek), fén, klimatizace (v ceně), TV Sat.

Studio pro 2 osoby se 2 přistýlkami mají vl. příslušenství se sprchou, fén, klimatizaci (v ceně), TV Sat, vybavený kuchyňský kout, lednice, balkon nebo terasa, výhled do zahrady nebo na moře (za příplatek).

Možnost stravování za příplatek

Snídaně v kavárně majitele ubytování 140,- Kč/ za každou snídani, polopenze nebo jen večere v vedlejším hotelu Sofia (bazén): 330,-Kč/ za každou večeri (bufet)

Letecká doprava

Odlet z Prahy, letiště v destinaci Heraklion nebo Chania, časy v ranních/dopoledních hodinách.(informace týkající se letu budou upřesněny v momentě závazné objednávky). Zavazadlo k odbavení max. 15kg/osoba, možnost přikoupení kg.

Přihlášení a platba

Platbu lze provést pouze v Eurech.

Záloha **300,- EUR** je splatná po potvrzení Vašeho přihlášení.

Doplatek je nutné uhradit nejpozději do 26. dubna.

Příslušnou částku můžete uhradit:

- na účet CK Lostar (číslo účtu na vyžádání)
- hotově u Jany Soukupové

V ceně letecké dopravy jsou zahrnuty letištní, bezpečnostní taxy a palivový příplatek.

V hotelu se, podle vyhlášky, individuálně hradí pobytová taxa 0,50 EURO/den.

Doporučujeme Vám pojištění storna zájezdu!

Přihlášení provedte e-mailem a nezapomeňte nám předat Vaše osobní údaje nezbytné pro zajištění Vaší dovolené:

CELÉ JMÉNO, DATUM NAROZENÍ, ADRESU, TELEFON, E-MAIL

u každé přihlašované osoby.

* Vaše osobní údaje slouží pro zajištění Vašeho pobytu v zahraničí a nebudeme je předávat třetím osobám.

Program

Zuzana Lásková je učitelka tance a jógy, autorka projektů a choreografka. Vystudovala taneční konzervatoř. Po jejím ukončení se aktivně věnovala současnému tanci a pohybovému divadlu, pedagogické a choreografické práci. Má 30 let praxe v oboru tanec a pohyb. S tanečním divadlem Alternatív, které založila v Žilině r. 1986, vytvořila řadu celovečerních představení a zúčastnila se festivalů a projektů (ve Francii, Španělsku, Polsku, Rakousku ad.). Jako choreografka spolupracovala s divadly v Žilině, Martině a Spišské Nové Vsi. Od roku 1993 se věnuje józe a meditačním technikám. Provozovala Relaxační centrum Ametyst v Praze. Několikrát navštívila Indii. Praktikuje léčení energií, regresní terapii, kraniosakrální terapii a poradenství. Věnuje se také šamanizmu. Založila Taneční divadlo Bílá velryba, kde působí jako vedoucí a choreografka.



www.bilavelryba.cz

Joga a tanec

Na terase hotelu nebo na pláži budeme v ranních hodinách cvičit jógu propojenou s tancem. Budeme meditovat s prodýcháním a pozvolným protažením těla v ásanách. Budeme směřovat do jogovo – tanečních kreací, které pohladí duši i tělo. Vše bude přizpůsobeno potřebám lidí ve skupině.

www.zuzlaska.cz

Jana Soukupová je masérka, cvičitelka, absolventka semináře zdravotní tělovýchovy a organizátorka Nesměňky. Různými druhy masáží se zabývá 22 let. Jejími učiteli byli např. J. Janča, J. Pataky, profesor Bechyně. 15 let pořádá kurzy jógy, taichi, masáží, sebepoznávání aj.

Masáže

Ve třech dnech v odpoledních nebo večerních hodinách se budeme učit masáž šíje. Naučíme se také různé prvky z Thajské masáže, lymfodrenáže, shiatsu aj. Řekneme si něco o reflexologii a ukážeme si ji v praxi. Jeden den si zacvičíme cviky z metody Ludmily Mojžíšové a na pánevní dno.



Cena programu 54,- EUR

.....

Kontakt

Jana Soukupová

Sídlíště 463, 382 32 Velešín

+420 605 339 338

soukupova.nesmenka@centrum.cz

www.nesmenka.mysteria.cz

.....



Kréta

„Uprostřed třpytivého moře je Kréta, jakási země, krásná, obteklá mořem a úrodná. Nesmírné množství lidí bydlí v této zemi a měst na devětkrát deset. Každý kmen má jinou řeč v této směsici: Jsou to Achajci, Kydonové a skupina Prakerétů chrabrých. Dárové o třech kmenech a též kmen Pelasgů slavných. Knóssos, veliké město je tam, v němž slovutný Mínos, důvěrník velkého Dia vždy po devět roků byl králem.“ Homér

Největší a nejjižnější řecký ostrov, jehož hlavním městem je Heraklion. Pod majestátními horami se rozkládají úrodné nížiny lemované nádhernými plážemi. Hlavními středisky jsou vedle hlavního města Heraklionu města Chania a Rethymno v západní části a Plakias na jihu ostrova. Historie Kréty je velice bohatá a její stopy můžete vidět takřka na každém kroku. Nejvýznamnějšími centry jsou paláce Knossos (v těsné blízkosti hlavního města Heraklionu) a Festos nacházející se v jižní části ostrova. Přírodními krásami antičtí bohové na Krétě také nešetřili. Mezi nejkrásnější patří soutěsky Samaria a Imbros. Za zmínku také stojí pláže Falasserna či Elafonissi, jež připomínají pláže v Karibiku. Každý, kdo navštíví tento ostrov, Vám potvrdí, že zde nebyl naposledy.

BALI

V posledních letech jedno z nevyhledávanějších míst Kréty, jež bylo vybudováno v okolí rybářské vesničky a doposud se nestalo vyloženě turistickou zónou. Zachovává si svůj původní půvab a tím si získává každoročně nové návštěvníky. Jedinečnou malebnost střediska podtrhují tradiční řecké taverny, kavárny a obchody. Mezi skalisky jsou ukryté romantické písčité i oblázkové pláže. I když se středisko neřadí mezi největší, je tu dokonalé zázemí nutné ke spokojené dovolené. Vzdálenost od letiště v Heraklionu je 54 km, do Chanie cca 70 km a do historického Rethymna 34 km. Lze využít místní hromadné dopravy a navštívit celou řadu zajímavých míst v této lokalitě.

Zajímavosti

Soutěska Samaria

Je jedním z nejvíce navštěvovaných a fotografovaných míst Kréty. Je to nejhlubší a druhá nejdelší soutěska v Evropě.

Palác Knossos

Největší archeologické naleziště doby bronzové, jehož součástí je největší Minojský palác, rozléhá se 5 km jihovýchodně od hlavního města.

Laguna Balos

Jedno z nejkrásnějších míst Kréty hledejte na severozápadním pobřeží ostrova.

Hrad Frangocastello

Hrad pocházející ze 14. století měl bouřlivou historii. Postavili jej Benátčané coby kontrolní bod nad místními vzbouřenci.

Phalassarna

Město bylo založeno v 5. až 4. stol. př.n.l., původně bylo městem přístavním.

Rethymno

Přístavní město je třetí největší na Krétě, je důležitým správním centrem stejnojmenné prefektury, která zabírá kolem čtvrtiny Kréty.

Spinalonga

V zálivu Mirabello, v němž ostrov leží, postavili pevnost Benátčané a byla považována za nedobytnou.

Benátský přístav v Chanii

Chania je nejen správním centrem oblasti, každopádně má co nabídnout i těm, kteří se rádi toulají historií.

Důležité informace

Oficiálním jazykem je řečtina. Je zde velmi rozšířená angličtina a němčina, někdy se domluvíte i italsky. Kromě řecké abecedy jsou nápisy, značky, jídelní lístky a vše ostatní nabízené i v latince.

Řecko používá evropskou měnu, tj. 1 euro (EUR) = 100 centů. Platební kartu akceptuje většina hotelů, obchodů, půjčoven aut i restaurací. Bankomaty jsou snadno dostupné. Přesto doporučujeme, zejména u cest do menších středisek, mít s sebou hotovost v EUR. České koruny v Řecku vyměnit nelze.

Časový rozdíl je +1 hodina.

Elektrické napětí je 220 V.

Cestovní doklady

Občan České republiky může cestovat do zemí Evropské unie na základě platného cestovního pasu nebo občanského průkazu. Doklady musí platit minimálně po dobu plánovaného pobytu. Je nutné, aby dítě mělo vlastní cestovní doklad. Pro klienty jenž nemají české občanství doporučujeme informovat se na Velvyslanectví Řecka v Praze.

Celní a devizové předpisy

V rámci Evropské unie platí volný pohyb zboží vyjma toho, které podléhá spotřební dani. Volně je dovoleno převážet v rámci zemí EU limitované množství tohoto zboží pro osobní potřebu.

U některého zboží platí limit na osobu a pobyt (800 ks cigaret, 400 ks krátkých doutníků, 200 ks doutníků, 1 kg tabáku, 10 l lihovin, 20 l produktů se středním obsahem alkoholu, 90 l vína, z toho max. 60 l šumivého vína a 110 l piva). Upozorňujeme na vývoz jakýchkoli předmětů historické hodnoty, který je v případě Řecka zakázán.

Zdroj: CK Lostar