

Es dejas un emociju plūsmā – Oropas klosterī, Itālijas Alpos (Tikai Sievietēm)

14.05. – 21.05.2023, 8 dienas, cena 1100 EUR

Vai esi pamanījis, cik daudz dažādu priekšstatu dzīvo Tevī – kāda es esmu un kam es deru, kādai jābūt manai dzīvei, lai es justos laimīga, kā man jāuzvedas, lai citi mani neatgrūstu, kas man ir pieņemami un kas nav. Priekšstati liek sarauties, izpildīt un aizmirst par savām patiesajām vajadzībām.

Ko Tu teiktu, ja mēs Tevi aicinātu ļauties piedzīvojumam un ieskatīties acīs saviem priekšstatiem un no dažiem, iespējams, Tev labpatiks atvadīties!? Ja Tu skatīies uz sevi dažādās fotogrāfijās, Tu visdrīzāk atlasīsi tās skaistākās pēc noteiktiem saviem priekšstatiem par savu izskatu. Tāpēc neaizmirsti atrast vienu fotogrāfiju, kurā Tu sev patīc un to paņem līdzi uz mūsu piedzīvojumu.

Priekšstati mums ļauj uzdot jautājumu – kas un kāda es esmu? Ja sevi identificējam tikai ar kādu vienu noteiktu dzīves lomu, mēs sākam izjust nogurumu, neapmierinātību, šaubas, varbūt pat dzīves bezjēdzīgumu. Tāpēc šo dienu mērķis būs atļaut sev piedzīvot situācijas, kuras citkārt neuzdrīkstētos pieredzēt. Šīs situācijas atļaus pamanīt, kuri priekšstati Tavā dzīvē ir traucējoši un vairs neatbilst patiesībai, lai dotu iespēju piedzimt kādai jaunai dzīves pārliecībai un sajūtai par sevi!

Grupa paredzēta sievietēm, kuras jūtas ieslodzītas savos priekšstatos par sevi, kuras vēlas sajūt, izdejot, piedzīvot, satikties, dot sev iespējami labāko šajā mirklī. Nodarbības vada: horeogrāfe un topošā fizioterapeite Liene Stepena un sertificēta konsultatīvā psiholoģe Evita Štāla.

Ko Tu pieredzēsi:

- Sevi dažādās izpausmēs un formās;
- Kustību un ritmu;
- Pamanīsi savus priekšstatus, kas līdz šim Tevi ierobežojusi Tevi noteiktās izvēlēs;
- Dejosi tā, kā Tu vēl pagaidām nemaz nenojaut, ka spēj;
- Uzdrīkstēties sadzirdēt sevi un savu ķermeni;
- Pieņemsi savu ķermeni un pieredzi pateicībā;
- Klausīsies savas automātiskās domas noteiktās situācijās;
- Ļausi sev atpazīt emocijas, kas Tevī pulsē un mācīsies ļaut tām būt
- Būsi šajā mirklī tāda, kāda esi;
- Vērosi sevi emocionālā mijiedarbībā;
- Sajūtīgas sarunas pie ugunsкура;
- Atļausi sev darīt ko šķietami nepareizi;
- Dabas dziedinošo spēku un klusumu.

Dzīvošana paredzēta burvīgā un klusā vietā – senā svētceļotāju vieta - Oropas klosteris, kas šodien ir eleganta viesnīca ar 300 nesen renovētām istabām. Vieta ir ar fantastisku auru un izvietota burvīgā kalnos ieskautā vietā! Atrrodas 1200 m.v.j.l., un apkārt cita īsti nekā nav, tikai kalni. Oropa piedāvā ekselentas kultūras bagātības : muzejus, antīko bibliotēku, Svēto kalnu, kas ir UNESCO pieminekļu sarakstā! Milzīga teritorija, kur svaigā gaisā varēsīm elpot Alpu gaisu!

1. diena - Ceļā... (V)

- Lidojums Rīga – Milāna (Malpensa)
- Transfērs uz nakstnājām Alpos
- Iekārtošanās 3* viesnīcā Oropas klosterī
- Vakariņas un sarunas

2. diena - Klosterī (B,V)

- Iepazīšanās diena un nodarbības

3. diena - Klosterī (B,V)

- Nodarbības

4. diena - Klosterī (B,V)

- Rīta nodarbības un došanās uz Biellu – Pjemontas pilsētu

5. diena - Klosterī (B,V)

- Kalnu diena

6. diena - Klosterī (B,V)

- Saullēkts, nodarbības un atvadu vakars klosterī

7. diena - Šopings un vīns (B,V)

- Sievišķības diena – šopings Vicolungo outlet village un dodamies uz Pjemontas vīna darītavu ar vakariņām
- Nakts 3* viesnīcā Pjemontā

8. diena - Ortas ezers un uz māju

- Romantiskais Ortas ezers - šis ir neliels ezers, kas gluži kā pērle laistās Pjemontas reģionā, netālu no Madžores ezera. "Telegraph" to raksturo kā vienu no skaistākajām vietām Itālijā, izceļot gleznaino Orta Sandžūlio viduslaiku ciemu, kur aizliegta autosatiksmē. Ar savām šaurajām ieliņām, gleznainajiem laukumiem un villām tas ievilina, un negribas vien doties prom
- Sandžūlija sala ir vēl viens apskates objekts, ko vērts apmeklēt – tur atrodas vēl joprojām aktīvs klosteris. Tāpēc dodamies ar laivu uz salu, kur klusumā un mierā, ar skatu uz ezeru sākam iepazīt mūsu lielisko kompāniju!
- Atgriežamies ciematā, kur iesakām papusdienot kādā no vietējiem restorāniņiem, lai izbaudītu vietējos kulinārijas šedevrus ar skatu uz ezeru un ja ir duka, uzkāpjam kalnā!
- Transfērs uz Malpensas lidostu
- Lidojums Milāna - Rīga

Ceļojuma cenā ietilpst:

- Lidojums Rīga – Milāna – Rīga (nododamā bagāža 23 kg, rokas bagāža 8 kg, Airbaltic, ekonomiskā klase,)
- Komfortabls autobuss transfēra laikā (degvielas izmaksas, autostāvvietas, maksas ceļi, iebraukšanas maksas, stāvvietas)

Pieteikšanās ceļojumam:

Samaksas veids	Summa (EUR)	Apmaksas datums
Avansa iemaksa	300.00	Ņemot rēķinu
Otrā iemaksa	400.00	14.02.2023
Atlikusī summa	400.00	14.04.2023

- Piesakoties ceļojumam, nepieciešama pases kopija un jānoslēdz ceļojuma līgums. Jūsu vieta tiks rezervēta pēc avansa iemaksas
- Ja iemaksas nav veiktas laikus, Operators (Mēness diena) patur tiesības anulēt jūsu rezervāciju

- Dzīvošana 6 nakts 3* viesnīcā ar brokastīm un vakariņām divvietīgos numuros (tūrista nodoklis viesnīcā) Oropas klosterī, 1 nakts 3* viesnīcā Pjemontā
- Ekskursija uz Ortas ezeru un brauciens ar kuģīti
- Vīna darītavas apmeklējums ar degustāciju ar vakariņām
- Ceļojuma organizēšana

Ceļojums cenā neietilpst:

- Personīgie izdevumi
- Pacēlājs kalnos, ja negribas kāpt kalnā
- Dzērieni pie vakariņām
- Apdrošināšana

Ievērtībai:

- Minimālais skaits grupā ir 14 personas. Maksimālais skaits 19 personas. Ja 20 dienas pirms ceļojuma tūristu skaits grupā ir mazāks par minimālo, ceļojums tiek organizēts, mainot cenu, vai tiek atcelts
- Ceļojuma cena var pieaugt mainoties LR likumdošanai "Par PVN", lidostu nodokļiem, kā arī saistībā ar ASV dolāra kursa un degvielas cenas sadārdzinājumu
- Izbraukšanai no valsts ir nepieciešama derīga pase vai ID karte

Atteikšanās no ceļojuma:

Laika posms	leturētās maksas apmērs
Līdz 14.02.2023	50.00 EUR
No 15.02.2023	50% no Pakalpojuma cenas
No 15.02.2023	100% no Pakalpojuma cenas

- 50 EUR netiek zaudēti, ja pārceļ uz nākamo ceļojumu