

## Wypoczynek W Puszczy Knyszyńskiej Z Naturoterapią

<http://www.sztukarelaksu.pl>

### 4 dni w Stancyi Kresowej Klub Jeździecki-Poczopek k/Supraśla

9 - 13 LISTOPADA - Krajobrazowy Park Puszczy Knyszyńskiej Zbliża się długi jesienny weekend, czyli czas zadbania o siebie. Teraz naprawdę możemy robić, to o czym myśleliśmy przez ostatni miesiąc. Czas dla siebie.... i niekoniecznie powinien to być czas realizacji ściśle zaplanowanych zadań. Może właśnie w ten czas, zróbmy to, na co najbardziej mamy ochotę, nawet jeśli oznacza to odłożenie na chwilę wcześniej misternie ułożonych planów. Albo nawet, tylko i aż zatrzymanie się i wejście w głąb siebie i otaczającej nas ciszy, zasmakowanie pięknej przyrody, poznanie miłych i ciekawych osób. Będzie też szansa zobaczyć żubry, które zawsze w listopadzie wychodzą tu na łąki. W cenie: 1) warsztaty jogi Iyengara - 2 sesje dziennie IZABELL DROBISZ -asany relaksujące system nerwowy, poprawiające sen, wyciszające emocje -terapia szyi, barków, klatki piersiowej, asany poprawiające wydolność serca i płuc 2) warsztaty ruchu "Poznaj samego siebie" - 3 x 1,5 h PIOTR POPLAWSKI 3) noclegi w pokojach i apartamentach z łazienką i tarasem 4) poranny i popołudniowy napój, 2 ciepłe posiłki dziennie-vegetariańskie 5) wieczór przy kominku, niespodzianka filmowa DAMIAN GRABARSKI 7) wycieczka bryczką do Silvarium - dla 5 pierwszych osób, które wpłacą zaliczkę Za dopłatą: 1) warsztaty kuchni wegetariańskiej z degustacją PIOTR KAMIENSKI 3 x 2 h 170 zł przelewem do 3 listopada/200 zł przy wpłacie na miejscu 2) masaż polinezyjski leczniczo relaksacyjny 1 h/100 zł, 1,5 h/130 3) terapia indywidualna "Life Impressions" PIOTR POPLAWSKI <http://qualitylife.pl/> przy wpłacie przelewem za 2 zabiegi po ok.1,5 h / 200 zł, na miejscu 1 zabieg 1,5 h/150 zł 4) wycieczka bryczką zwiedzanie Silvarium - ok.2 h/ 25 zł 5) nauka jazdy konnej, dla doświadczonych wyjazdy w teren 1 h/ 50zł konie rasy Tinker i Małopolskiej, fachowa wiedza, bezpieczne warunki, piękne plenery Do dyspozycji gości dwa mini salony: jeden z DVD, drugi z TV plazmowym Ceny dla jednej osoby/ 4 dni: 560 zł - mieszkanie 5/6 osobowe ? dwupoziomowe, lodówka, taras ( dla grupy 5/6 osobowej ) 600 zł ? 4-osobowy apartament dwupoziomowy - z salonikiem, tarasem, lodówką, osobnym wejściem 630 zł - pokój dwuosobowy z tarasem 660 zł -3-osobowy apartament dwupoziomowy - z salonikiem, tarasem, lodówką, osobnym wejściem 710 zł ? 1-osobowy pokój z tarasem Rabaty: 100 zł dla osoby towarzyszącej nie ćwiczącej jogi 150 zł dla osoby, która zorganizuje 5/6 osobową grupę 50 zł dla osoby, która wpłaci zaliczkę do 15 października Po 3 listopada wczasy są 50 zł droższe ( jeśli będą miejsca) sztukaruchu@gmail.com 515 503 184 [www.sztukarelaksu.pl](http://www.sztukarelaksu.pl)

Date utworzenia: 14-10-2011