

Pobyt s jógou a makrobiotikou

Termín: 6.-13. 8. 2011

Místo: Oneness Centrum, Rusava

Zveme Vás na relaxační pobyt, který pořadíme s našimi přáteli z Londýna Jamie a Kasia Trevena. Této dovolené se zúčastní nejen zájemci z České republiky, ale také lidé z Anglie a Polska. Jamie je velice šikovný kuchař, který je především známý jako osobní kuchař slavných celebrit jako je Madonna, Sting aj. Můžeme se tedy těšit na výtečná jídla! Kasia je zkušená lektorka jógy, kdo bude chtít, může si společně každé ráno zacvičit jógu případně i další cvičení.

Večer si můžeme povídat s Jamiem, který se velice rád podělí o recepty nebo i s ostatními zahraničními přáteli o jejich zkušenostech s holistickým přístupem k životu v různých zemích. Kdo bude chtít, může mu i pomáhat v kuchyni a mít tedy soukromou hodinu vaření!

Ubytování je převážně ve dvoulůžkových pokojích. Chata je na kopci nad vesnicí Rusavou, z terasy a z některých pokojů je nádherný výhled na okolní kopce a údolí pokryté lesy. Přímo v chatě teče pramenitá voda vhodná i pro kojence! Přijďte tedy s celou rodinou! Okolní příroda je panenská, na procházkách můžete vidět např. studánky (Hurbanova, Mléčná, Hladná, Veverkova, pramen Rusavy) a zříceniny starých hradů. Koupání je možné ve vesnici v moderním bazéně, dlouhém 43 m s největší kolektorovou plochou pro ohřev vody v bazénu v ČR, s tobogánem, skluzavkou aj. www.onenesscentrum.cz, www.rusava.cz

Můžete celý týden pouze odpočívat, jezdit na kole či chodit na procházky po krásných Hostýnských vrších. Okolí Rusavy je protkáno hustou sítí značených turistických a cykloturistických tras. Obcí prochází naučná stezka z Velehradu na sv. Hostýn, místní naučná stezka Rusavské chodníčky, portášská trasa Portášské chodníčky a naučná stezka Hostýnské vrchy.

Cenu zveřejníme brzy.

www.makrobioklub.cz