

## КОЛОМНА 18-20 августа 2023

### «Истинная любовь к себе. Тантрический подход. 2 модуль»

Приглашаем в один из самых интересных городов Подмосковья – Коломну. Красивая летом и зимой, знаменитая своими Кремлем, православными храмами и музеями, гостеприимная и уютная



*Вы сможете погулять по территории Кремля, посетить интересные музеи: музей пастилы, музей калача, дом самовара, денежный музей, музей любимой игрушки, побродить по улочкам, перекусить в уютных кафешках, а еще прокатиться на теплоходе по реке и увидеть, где Москва-река впадает в Оку.*



#### Преподаватель

##### **Наталья Александрова**

- сертифицированный преподаватель йоги
- телесный психолог
- Мастер Рэйки, Мастер Тантры
- опытный педагог с 20-летним стажем
- эксперт в области здорового образа жизни

#### В программе:

- **утренняя пранаяма**
- **активная практика йоги**
- **йога-нидра (осознанное расслабление)**
- **тантра-теория и практика**

- **чакральные практики**
- **пляжный отдых**
- **сауна и бассейн**

## **Жить будем в отеле 3\*\*\* «Яхт-клуб 40 меридиан»**



Уютные номера, удобный зал для занятий со всем необходимым оборудованием, бассейн, сауна, меню от шеф-повара (на выбор- вегетарианское, рыбное, мясное) и хорошее настроение вам обеспечено!!!

**В стоимость включено :** проживание, питание (завтрак, ужин), практика йоги, тантра, энергетические практики, охраняемая парковка, пляж, сауна и бассейн

### **Оплата до 10 июля**

### **Оплата после 10 июля**

<b>Одноместное проживание</b>	<b>Одноместное проживание</b>
стандарт – <b>16900</b> (вентилятор)	стандарт – <b>18300</b>
полулюкс – <b>19950</b> (вентилятор)	полулюкс – <b>21350</b>
люкс – <b>24900</b> (кондиционер)	люкс – <b>26300</b>
<b>Двухместное проживание</b>	<b>Двухместное проживание</b>
стандарт – <b>14650</b> (вентилятор)	стандарт – <b>16100</b>
полулюкс – <b>16300</b> (вентилятор)	полулюкс – <b>17900</b>
люкс – <b>17950</b> (кондиционер)	люкс – <b>19350</b>

Возможно проживание с детьми и маленькими домашними питомцами (только в стандартах) за дополнительную плату.

## **Обязательная предоплата 50%**

### **Как добраться:**

- на личном автотранспорте (парковка предоставляется бесплатно)
- жд-экспресс Москва-Рязань1 (1ч 34мин), Москва-Голутвин (1ч 50мин), + такси до отеля

**Заселение в отель после 14ч, выезд после 15ч**