

Yoga & Gong na Iveru



Sebi stvori lepše mesto za život!

Za ljubitelje zdravog života i dobre energije, ne propusti poseban događaj na jednom od vrhova planine Tare na Iveru. Dopusti sebi da se odmoriš, resetuješ i napuniš baterije vraćajući se svojoj snazi i moći.

Iver je drugi po visini vrh Tare, sa 1.490 metara nadmorske visine. Bogat prirodnim lepotama, gustom borovom šumom, brojnim vrstama biljnog i životinjskog sveta, ukrašen šetačkim stazama savršen je za ljubitelje šetnje u prirodi. Posebna blagodet ovog mesta jeste čist, planinski vazduh, bogat kiseonikom koji povoljno utiče na osobe sa problemima u disajnim putevima

Uz kombinaciju Joga sadržaja sa specijalnom Gong kupkom i tretmanima vrtićete se preporodjeni i obnovljeni svojim obazama .

Vežbćemo jogu u jutarnjim terminima, opustićemo se uz večernju meditaciju i nsvakidašnju Gong kupku koja će vas svojom izuzetnom snagom zvuka preporoditi.

Zvučna kupka je meditativni koncert koji osim što se sluša, može i da se oseti duboko unutar naših mišića. Planetarni gongovi su podešeni na frekvenciju kretanja planeta unutar Sunčevog sistema i ujedno su savršen medijum snažne isceljujuće vibracije. Da bi se pozitivno delovanje gonga doživelo u punoj snazi nije potrebno da muzika bude glasna, već telo treba da bude opušteno i u sigurnom okruženju. Zbog toga se zvučna kupka sluša u ležećem položaju čime se produbljuje samo iskustvo, a pažnja je usmerena na suptilne reakcije unutar tela..

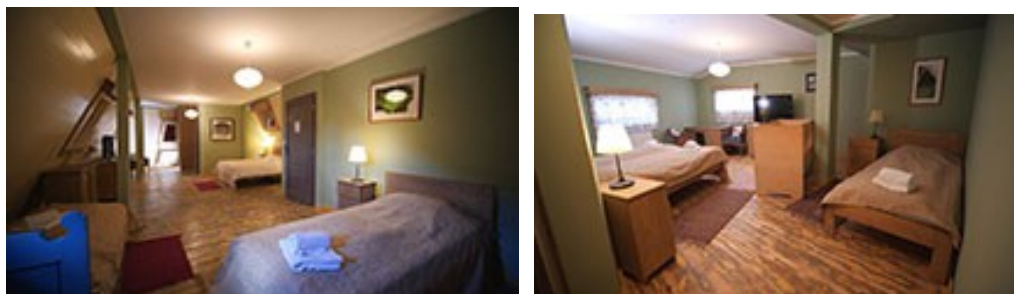
Pored joga i gong kupke pripremili smo vam organizovane šetnje u prirodi, obilazak Mećavnika, obilazak Jatara, Šarganske osmice, lekovitih Belih voda i još mnogo toga.

Hotel Iver "Mladost"

Hotel Iver – Dragulj Zapadne Srbije, usamljen i okružen zimzelenom borovom šumom, sa novouređenim objektom koji sadrži jednokrevetne, dvokrevetne i trokrevetne sobe, restoran, bazen, saunu, hamam, slanu sobu play room sa stonim tenisom. Sačinjen od drveta, pripada turističom kompleksu Drvengrad - Mećavnik. Poseban kvalitet hotela jeste odlična hrana i veoma prijatno osoblje. Hrana je bazirana na domaćoj kuhinji, samostalno uzgajanom voću i povrću, sirevima koje prave vredne ruke seljaka sa oboda Tare.

Više o hotelu pogledajte ovde: <https://mecavnik.info/en/skijaliste-iver/planinski-dom-mladost/>





Osobodite svoj um, preporodite se uz čudesne zvuke Gongu, dišite punim plućima planinski vazduh i prepustite sva svoja čula da osete lepotu ovog čaobnog mesta.

Cena joga & gong programa : 175 eura po osobi

Cena uključuje Hotelski smeštaj, vegetarijansku ishranu (doručak, i večera), program (vežbanje joga, yoga nidra, gong kupka, organizovane šetnje i aktivnosti u prirodi, poseta Jatara) celodnevno korišćenje bazena, saune i hamama, ulaz u Mećavnik, i boravišnu taksu.

Program obuvata 2 polu pansiona, 3 joga časa, gong kupka, izlete.

Cena ne uključuje: prevoz i fakultativne aktivnosti. Korišćenje slane sobe se dodatno naplaćuje u hotelu.

Kontakt za informacije i rezervacije: office@sanjacolic.net , Telefon 062577492

Prijave i rezervacije su **otvorene**

Rezervacija u iznosu od 6.000,00 din se može uplatiti preko računa.

Račun za uplatu rezervacije je 115-0003816257742-68

Svrha uplate: Iver .

Ostatak se uplaćuje na licu mesta, dolaskom u hotel.

U slučaju odustajanja uplaćena rezervacija se ne vraća, a prenosiva je na drugo lice. U slučaju da osoba bude pozitivna na korona virus pre samog putovanja, novac se vraća.

Broj učesnika ograničen na 15 osoba.

Voditelj programa je Sanja Čolić **Čolić**



Svoje znanje sticala sam preko osamnaest godina i učila od najboljih učitelja u regionu kako iz sveta joga tako i iz drugih oblasti, učestvovala na različitim radionicama vrhunskih učitelja.

Specijalizovala sam se za hatha i za terapijsku jogu kao i individualni pristup vežbanju. Osmislila sam svoju metodu rada koja je zasnovana na individualnom pristupu svakom pojedincu u skladu s njegovom ličnošću, fiziologijom, godinama, stanjem i potrebama kroz celovito i svestrano formiranje svakodnevnih navika . Poslednjih godinu dana živim između Srbije i Balijske i organizujem edukativne i business događaje kroz putovanja u regionu a i šire.