



YOGA, RELAX & PARIS

Praktykuj Jogę, zwiedzaj Paryż, poczuj
klimat uroczych podparyskich
miasteczek.

CZEŚĆ TU OLA I JARO!

Jesteśmy parą, która mieszka pod Paryżem, a dokładnie w Bois le Roi. Prowadzimy nasze Airbnb i dzielimy się naszymi pasjami, do Jogi, zdrowej kuchni, zwiedzania i różnych sportów. Organizujemy wyjazdy jogowe i pokazujemy piękno Francji: Paryż i okolice oraz Lazurowe Wybrzeże.

Jaro – pasjonat biegania, rowerów vintage i podróży. Mieszka we Francji od ponad 40 lat, a Paryż zna jak własną kieszeń. Pokazuje to miasto i okolice lasu Fontainebleau w niestandardowy sposób.

Ola – pasjonatka i certyfikowana nauczycielka Hatha Vinyasa Ashtanga Jogi. Kreatywna kucharka i wielbicielka zdrowej kuchni. Koi głosem podczas medytacji i czaruje w rondlu ;)



YOGA, RELAX & PARIS

Zapraszamy Was do naszego uroczego domu z 1890 roku do Bois le Roi. To piękne, francuskie miasteczko znajduje się zaledwie 33 minuty drogi od Paryża. Ale do tego wrócimy później....

Co oferujemy:

- 3 noclegi,
- 2 posiłki dziennie przez 3 dni,
- 3 praktyki Jogi, w tym praktyka w plenerze i praktyka w Paryżu,
- zwiedzanie Paryża naszymi oczami,
- zwiedzanie Fontainebleau i jego okolic, leśne spacery,
- możliwość transportu z/na lotnisko.



YOGA, RELAX & PARIS

NOCLEG

Ugościmy Was w naszym klimatycznym domu z kamienia, drewna i cegły. Dom znajduje się w malowniczej miejscowości Bois le Roi nad Sekwaną i tuż przy lesie Fontainebleau. Do Waszej dyspozycji będą 3 pokoje (1 zamykany i 1 przechodni i salon) z maksymalnie 6 (w tym opcja 2 rozkładanych łóżek) miejscami do spania, łazienka, ubikacja, kuchnia, klimatyczny kominek w formie kozy oraz duży ogród.



YOGA, RELAX & PARIS

POSIŁKI

Oferujemy zdrowe, zbalansowane posiłki, oparte głównie na kuchni sezonowej, wegetariańskiej z elementami tradycyjnej kuchni francuskiej. W cenie 3 pożywne śniadania i 3 obiadokolacje oraz nielimitowana woda, kawa i herbata.

Prosimy o informacje na temat alergii lub nietolerancji pokarmowych.

Na życzenie w posiłkach możemy uwzględnić mięso.



YOGA, RELAX & PARIS

JOGA

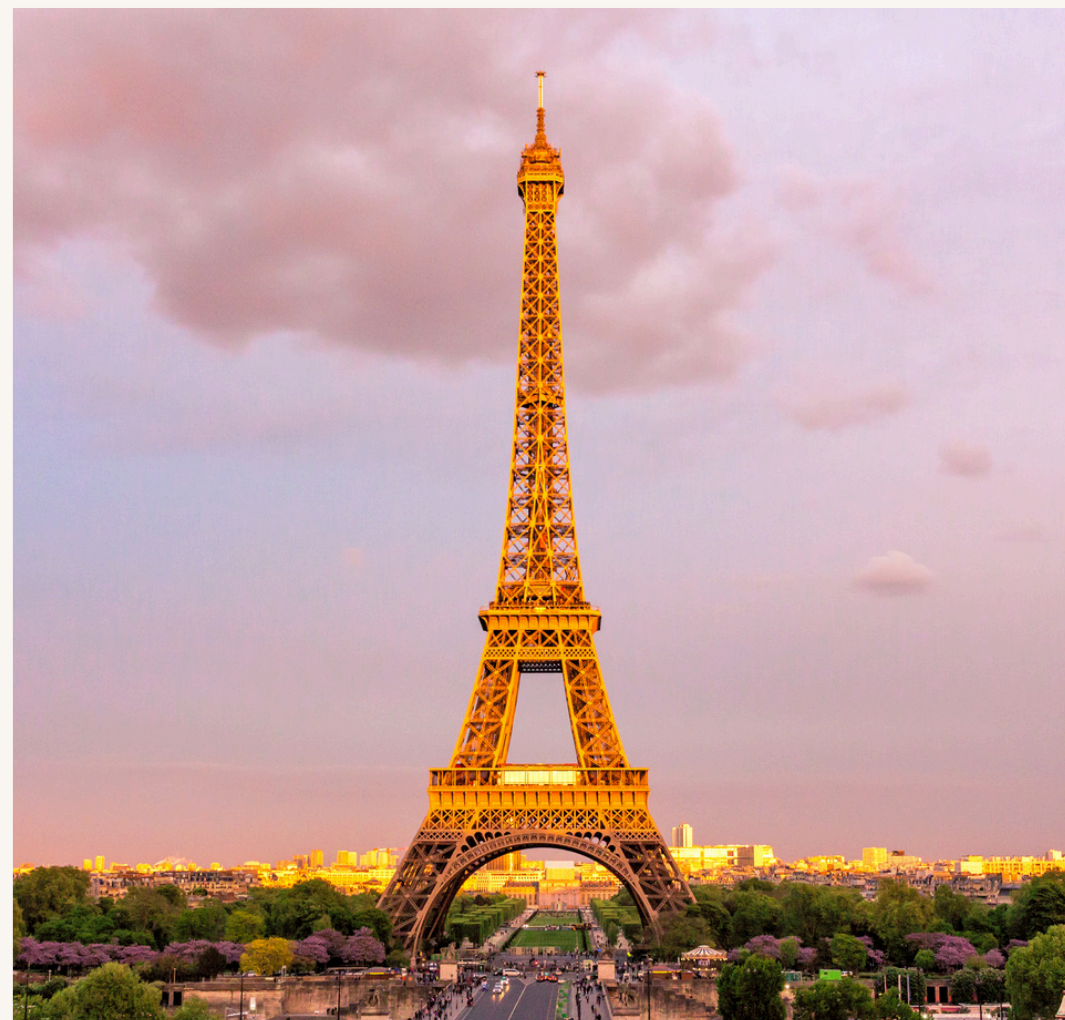
Praktykę Jogi zapewni Ola. Praktykuje różne style Jogi od 10 lat, a uczy od 5. Certyfikowana nauczycielka Hatha Ashtanga Vinyasa Jogi 200 RYT Alliance Yoga, Rama School of Yoga w Indiach. Pasjonuje ją i chętnie dzieli się również praktyką technik oddechowych, a swoim głosem odpręża podczas medytacji prowadzonej. Podczas wyjazdu przewidziane są 3 praktyki Jogi zawierające rozgrzewkę i relaksację. Poziom praktyki zostanie dopasowany do poziomu grupy. Zapewniamy maty.



YOGA, RELAX & PARIS

ZWIEDZANIE PARYŻA I OKOLIC

Zwiedzaniem Paryża oraz okolic zajmie się Jaro, który mieszka tu od dziecka i zna doskonale miasto i jego okolice. To przewodnik, który potrafi pokazać nie tylko główne ale i ukryte miejscówki w niestandardowy sposób. Podróż po ulicach Paryża oraz małych, klimatycznych miasteczkach i lesie Fontainebleau, pozostanie w Waszej pamięci już na zawsze.



Koszt wyjazdu:

350 €/osoba w pokoju otwartym(maksimum 4, minimum 2 osoby),

400 €/osoba w pokoju zamykanym(maksymalnie 2 osoby)

Koszty dodatkowe:

- przeloty tam i z powrotem,
- transport z/na lotnisko – 50 €
- przejazd na zwiedzanie Paryża i z powrotem(pociąg)
- posiłek podczas zwiedzania Paryża (bistro),



Opcje dodatkowe:

Bezpłatne:

- możliwość uczestniczenia w przygotowaniu posiłków - mini warsztaty zdrowego gotowania,
- zwiedzanie okolicznych miasteczek Fontainebleau/Barbizon/Samois oraz/lub wycieczka do lasu(w zależności od preferencji grupy),
- do dyspozycji rowery vintage.

Płatne:

- testowanie win z lokalnymi serami 25€/ osoba.





Do zobaczenia w Paryżu!

Ola

+48 504 333 644, olasflowcom@gmail.com

@olas_flow

Jaro

+33 609 385 444, jareek@free.fr

@jaro_slow