



טיול יוגה לדרום הודו

יום 1: 27.10.2024 - תל אביב - קוצ'י

נטוס בטיסת לילה לדלהי

יום 2: 28.10.2024 - מונאר

נגיע בשעות הבוקר לדלהי ונמשיך בטיסה לכיוון קוצ'י. ננחת בקוצ'י ונמשיך לכיוון מונאר בהרי הגת המערביים נתמקם במלון ולאחר מנוחה קלה נפגש בחלל היוגה לתרגול מדיטציה ויוגה רכה.

לינה באזור מונאר.

יום 3: 29.10.2024 - מונאר

נתעורר לבוקר ראשון במונאר שבהרי קראלה, מונאר בנויה על פסגה בגובה 1524 מטר והיא שימשה את הבריטים כמקום מרגוע ומפלט מן החום הכבד. נתחיל את הבוקר במדיטציה שקטה בטבע בסמוך לזריחה, לאחר מכן נתכנס בחלל היוגה לתרגול אשטנגה מודרך מדיטטיבי כולל פרניאמה והרפיה עמוקה וממושכת. לאחר התרגול נתארח במסעדת המלון לארוחת בוקר מזינה.

לאחר מנוחה קלה נצא לבקר במוזיאון התה, נלמד על ההיסטוריה של תהליך ייצור התה - וכמובן נטעם. בהמשך נבקר בעיר המקסימה, ועם שובנו אחר הצהריים נפגש למדיטציה ולימוד פילוסופי וארוחת ערב במסעדת המלון.

לינה באזור מונאר.

יום 4: 30.10.2024 - מונאר

נתחיל את הבוקר במדיטציה שקטה בטבע בסמוך לזריחה, לאחר המדיטציה נתכנס בחלל היוגה לתרגול מייסור, לאחר ארוחת הבוקר נצא לטיול בשמורת הטבע ונתרשם מהמפלים העוצמתיים של חבל ארץ זה. עם שובנו אחר הצהריים נפגש למדיטציה ולימוד פילוסופי וארוחת ערב במסעדת המלון.

לינה באזור מונאר.

יום 5: 31.10.2024 - מונאר

נתחיל את הבוקר במדיטציה שקטה בטבע בסמוך לזריחה, לאחר המדיטציה נתכנס בחלל היוגה לתרגול מייסור. לאחר התרגול ארוחת בוקר במסעדת המלון ונמשיך לזמן פנוי. אחר הצהריים נפגש למדיטציה ולימוד פילוסופי, ארוחת ערב במסעדת המלון.

לינה באזור מונאר.



יום 6: 1.11.2024 - קומרקום

נתחיל את הבוקר במדיטציה שקטה בטבע בסמוך לזריחה, לאחר המדיטציה נתכנס בחלל היוגה לתרגול מייסור, לאחר ארוחת הבוקר נצא לכיוון קומרקום, נגיע ונתמקם במלון במקום קסום על המים, ארוחת ערב במסעדת המלון.

לינה באיזור קומרקום.

יום 7: 2.11.2024 - קומרקום

נתחיל את הבוקר במדיטציה שקטה בטבע בסמוך לזריחה, לאחר המדיטציה נתכנס בחלל היוגה לתרגול מייסור לאחר מכן נצא לסיור בבית-סירה בין הכפרים של אלפי וקומרקום הסירה תקח אותנו לעומק התעלות של קרלה ונוכל להתרשם מחיי היום יום של האנשים שמתגוררים באזור זה. אחר הצהריים נפגש לתרגול פרניאמה ולימוד פילוסופי, ארוחת ערב במסעדת המלון.

לינה באיזור קומרקום.

יום 8: 3.11.2024 - קומרקום

נתחיל את הבוקר במדיטציה שקטה בטבע בסמוך לזריחה, לאחר המדיטציה נתכנס בחלל היוגה לתרגול מייסור. לאחר התרגול ארוחת בוקר במסעדת המלון ונצא לסיור בעיר קוצ'י והחוף הסמוך לה. אחר הצהריים נפגש לתרגול מדיטציה ולימוד פילוסופי, ארוחת ערב במסעדת המלון.

לינה באיזור קומרקום.

יום 9: 4.11.2024 - קומרקום

נתחיל את הבוקר במדיטציה שקטה בטבע בסמוך לזריחה, לאחר המדיטציה נתכנס בחלל היוגה לתרגול מייסור ונמשיך לזמן פנוי. אחר הצהריים נפגש לתרגול מדיטציה ולימוד פילוסופי, ארוחת ערב במסעדת המלון.

לינה באיזור קומרקום.

יום 10: 5.11.2024

היום בבוקר נחזור בטיסה מקוצ'י לדלהי ומשם לישראל.