



5 DAY TRIP

Dubai Retreat

יום ג'



- 02:30 הגעה לשדה - הצוות ימתין בשער W
- 05:30 - 10:40 המראה מתל אביב - נחיתה בדובאי
- 11:30 הסעה פרטית למלון
- 12:00 - 13:30 א. צהריים במלון
- 13:30 - 16:30 זמן להנות מהמלון - בריכת שחייה חיצונית / Rooftop / סאונה / Bodylinesq
- 15:00 קבלת חדרים
- 15:00 - 16:30 זמן מנוחה
- 16:30 מעגל פתיחת החופשה
- 17:30 תרגול מקרקע, יוגה שקיעה וצלילים מרפאים
- 19:30 - 23:00 יציאה בהסעה לבורג' ח'ליפה - טיול חופשי



יום ד'

- 08:00 - 09:15 תרגול יוגה Santosha (הכרת הטוב)
- 06:30 - 10:30 ארוחת בוקר בנוף דובאי קריק והעיר
- 11:30 - 13:00 סדנת צלילים מרפאים
- 13:30 - 17:00 יציאה לנמל - הפלגה פרטית על יאכטה



- א.צהריים, מוסיקה ויין
- הפלגה ל- Ain dubai, Kempinski, Atlantis the palm, Burj al Arab view, Sheikh island, Lagoon
- 17:00 חזרה משוערת למלון בהסעה
- 18:30 יוגה יין Ahimsa (קבלה עצמית)
- 20:00 זמן חופשי - ניתן לצאת בשאטלים מהמלון לאזורים התוססים של דובאי/ להנות ממסעדות/ברים הנמצאים במלון



יום ה'



08:00 - 09:15

תרגול יוגה Satya (אמת)

06:30 - 10:30

ארוחת בוקר בנוף דובאי קריק והעיר

11:00 - 14:30

זמן חופשי

15:45

יציאה למדבר בג'יפים - נסיעה על דיונות חול

ארוחה מדברית על הגריל, רקדניות, מופעי אש, רכיבה על גמל, גלישת חול.

20:30

שעת חזרה משוערת למלון

21:00

מדיטציה ויוגה רכה להפגת מתח ושחרור הגוף

22:00

זמן חופשי - ניתן לצאת בשאטלים מהמלון לאזורים התוססים של דובאי/ להנות ממסעדות/ברים הנמצאים במלון



יום ו'

08:00 - 09:15

תרגול יוגה Balance (יציבה)

06:30 - 10:30

ארוחת בוקר בנוף דובאי קריק והעיר

11:00 - 11:45

מדיטציה - תודעה שלווה, חשיבה בהירה ואיזון נפשי

12:00 - 16:30

יציאה לביץ' קלאב מהמם לדרינק צהריים וציל בחוף

16:30 - 17:45

יוגה ויניאסה - דינמית, אנרגטית וזורמת

18:00

זמן להנות מהמלון - בריכה שחייה חיצונית /

Bodylinesq / סאונה / Rooftop

21:00

ערב צבעוני וסוחף עם מוזיקה חיה, רקדנים ואוכל לטיני

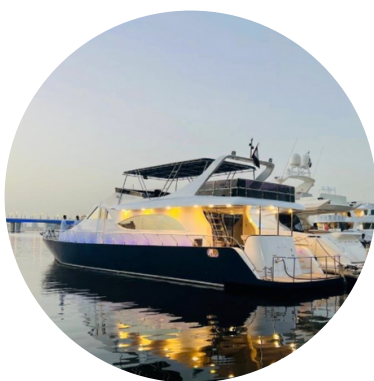




5 DAY TRIP

Dubai Retreat

יום שישי



08:00

בוקר אחרון ומיוחד!

א.בוקר במלון

יציאה לחוויה מפתיעה לסגירת החופשה

11:30

זמן משוער חזרה למלון

12:00

פינוי חדרים

12:00 - 13:00

מעגל סגירה

13:00 - 20:30

זמן חופשי (מומלץ לנצל בביץ' קלאב שיש בו גם ספא או להישאר להנות מהמלון)

21:00

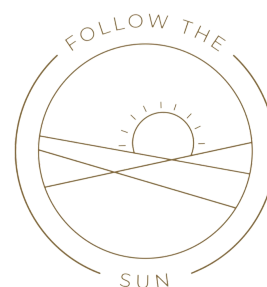
יציאה לשדה

23:40 - 00:50

המראה מדובאי ונחיתה בתל אביב



תודה שאיפשרתם לעצמכם לעצור את מירוץ החיים ולהנות מפסק זמן איכותי וחוויתי. נתראה בפעם הבאה



הלו"ז נתון לשינויים ועדכונים ויתעדכן באתר במידת הצורך