

Йога семинар с Ростиславом Васильевым в Рощино 14-16.04.23

Тема семинара: Опора как основа чувственного восприятия тела

Об инструкторе: Ростислав имеет 20 летний стаж занятий йогой и 15 лет преподавательской практики. Регулярно проходит повышение квалификации в Индии в г. Пуна в Институте Йоги Айенгара им. Рамамами. Учился у лучших мастеров мира у В. Шешадри (Майсор), Девдаса Махараджа (Крия-йога). Прошел тренинги-интенсивы у Файека Бириа (Франция), Габриэлы Джубиларо (Италия), Бала Мукунда Сингха (Дели), Рейнхарда Гамментхаллера (Швейцария), Петри Райсянина (Финляндия), Анны Трёкис (Германия).

Загородный отель "Райвола" <https://www.raivola.spb.ru> расположен в 60 км. от Санкт-Петербурга между Ладогой и Финским заливом в Выборгском районе в поселке Рощино. От ж/д станции до отеля 4 км. В отеле большая ухоженная территория, потрясающая природа, открытый подогреваемый бассейн с сауной, СПА-салон, мини-зоопарк. Размещение предлагается в 5-ти корпусах, номера различной категории. В выходные и праздничные дни работает детский клуб.

Сосновый лес, свежий воздух и практика йоги позволят быстро восстановить силы и отдохнуть от городской суеты.

Программа семинара:

14.04, пятница

Встреча на Финляндском вокзале в 15.20, отправление в Рощино на поезде Ласточка в 15.40. Прибытие в Рощино в 16.17. Переезд в отель (маршрутка N23 или такси).

17.00 – 19.00 – вечерняя практика, расселение, ужин.

15.04, суббота – утренняя практика 08.00 – 12.00, поздний завтрак, отдых.

16.00 – 18.00 – вечерняя практика, ужин.

16.04, воскресенье - утренняя практика 08.00 – 12.00, поздний завтрак, отдых.

Освобождение номеров до 16.00, отъезд.

Стоимость на человека:

	Семинар 3 дня без питания	Семинар 3 дня комплексное меню	Семинар без проживания
2-х местное размещение, номер стандарт	14500 руб./ 5500*	16900 руб./ 7900*	10000 руб./ 4500 руб. / 3000 руб.
Одноместное размещение, номер эконо (душ, туалет на 2 номера)	14900 руб./ -	17300 руб./ -	
Одноместное размещение, номер стандарт	15900 руб./ -	18300 руб./ -	
Включено: Занятия йогой 12 часов, аренда зала, проживание в номере с удобствами, завтраки и ужины (если выбрано комплексное меню) *для сопровождающих, не занимающихся йогой			Включено: Занятия йогой 12 / 6 / 4 часов,

	аренда зала
--	-------------

За дополнительную плату – проезд, СПА процедуры, бассейн (от 1500 руб.). Время в пути на пригородном поезде Ласточка - 37 мин. Отправление 14.04 из СПб (Финляндский вокзал) в 15.40 (прибытие в Рощино 16.17), из Рощино 16.04 в 14.10, 16.00 (прибытие в СПб в 14.47, 16.37).

Предоплата 5000 руб. до 15.03, полная оплата до 04.04.

Справки по телефону +7 921 961 41 39 Людмила, +7 921 964 21 01 Сергей