

LAWENDOWY WEEKEND Z JOGĄ, I ZDROWĄ EKOLOGICZNĄ DIETĄ

w weekend 30.05–2.06.13
Lawendowe Pole/Nowe Kawkowo

Zapraszamy na relaksacyjny wyjazd weekendowy do warmińskiej plantacji lawendy, gdzie bez ograniczeń będziemy mogli delektować się zapachami lawendy w miejscu prowadzonym przez właścicieli żyjących zgodnie z rytmem i prawami natury.

W trakcie wyjazdu będziemy, w formie warsztatów, przygotowywać olejek eteryczny z lawendy i krem odżywczy do ciała – wszystko zabierzemy ze sobą do domu. Będziemy pić lawendowe herbatki, palić kadzidełka lawendowe, dowiemy się dużo na temat lawendy i jej zbawienego wpływu na układ trawienny i łagodzenie stresów.

Domek i pokoje, w których będziemy mieszkać zbudowane są z materiałów pochodzenia naturalnego (drewno, glina, kamień), nie ma w nich telewizora ani radia, instalacje wykonano tak, aby pole elektromagnetyczne miało minimalny wpływ na organizm człowieka. Domek usytuowany jest w pięknym ogrodzie, w sąsiedztwie stawu. Z okien widać pola uprawne, łąki, lawendową plantację i las. Miejsce jest niesamowite, sprzyja wyciszeniu i relaksacji.



Posiłki będą przygotowywane przez nas na bazie ekologicznych produktów od polskich rolników i dostosowane do charakteru wyjazdu. Dieta, jak zwykle u nas, wegetariańska: owsianki, jaglanki, własne dżemiki bez cukru, polskie kasze, lokalne nowalijki, świeże jaja, kozie sery... Pieczemy na miejscu własny chleb na zakwasie z różnej mąki: jaglanej, żytniej, gryczanej czy orkiszowej. Dla chętnych warsztat zdrowego gotowania czy pieczenia chleba.

W programie:

Joga rano i wieczorem – Agnieszka Gortatowicz ze studia Samadhi Joga,

Dietetyka wg. med. chińskiej i eko gotowanie – Maia Sobczak z Qmam Kasze,

Warsztaty pieczenia chleba – Basia z Organic Wellness Trips

Masaż Lomi Lomi – Agnieszka Chartanowicz

Wytwarzanie kosmetyków z lawendy – właścicielka plantacji Joasia Posoch

Spacery po okolicy, leżakowanie nad stawem i pływanie

Cena wyjazdu: 800-850zł, (zależnie od pokoju) obejmuje:

3 noclegi (pokoje 3 i 4-osobowe z łazienkami), zajęcia Jogi, 3 posiłki dziennie, warsztaty gotowania i lawendy.

Wyjazd kameralny - 11 osób, zapewniamy szczerą i przyjacielską atmosferę, zawieramy nowe znajomości.



Rezerwacja:

biuro@organicwellness.pl

600 349 414

Więcej informacji o wyjeździe:
organicwellness.pl, qmamkasze.pl

qmam kasze
wiem co zdrowe

**Organic
Wellness
Trips**