

3204 11/09/2026



АВТОРСКАЯ ПРОГРАММА/ЭКСКЛЮЗИВНЫЙ ПАКЕТ

от 3 до 21 ночей

РЕТРИТ «ЙОГА и АЮРВЕДА»

Предложение действует до 31 октября 2026

В ЭТОМ ПУТЕШЕСТВИИ



Индонезия

о.Бали



Длительность

От 4 до 22 дней



Транспорт

До/от отеля



Сопровождение

-



Питание

По программе



Уровень
сложности

1 из 5
(лёгкий)



Настоящее путешествие для тех, кто хочет сконцентрироваться на здоровье души и тела, ощутить гармонию и умиротворение на острове Бали.

Отель Zen расположен на севере острова вдали от шумной туристической жизни и приглашает сблизиться с природой и посетить аюрведические и спа-процедуры, медитации и йога-классы.

ПРОГРАММЫ

Программы ретритов сформированы от 3 ночей до 21 ночи.

Во время ретрита гостям будут доступны для персональных консультаций эксперты по аюрведе, йоге, доктора-натуропаты и спа-терапевты, диетологи и детокс эксперты, а также консультанты по доше и оценке конституции. В отеле рекомендовано посвящать час в день прогулкам и посещению центра лесной терапии Shinrin Yūko, что будет способствовать укреплению иммунитета, помогать восстановлению сил и снимать стресс. На территории в 7 гектар можно сблизиться с природой:

- ☘ гулять вдоль прудов, наполненных минеральной водой, или купаться в них
- ☘ в лесу обнимать стволы древних деревьев,
- ☘ также посетить рисовые поля, виноградники, плантации манго, кокосов и какао
- ☘ с традиционных обзорных площадок, расположенных на верхушках деревьев, можно наблюдать за тропическими птицами, бабочками и разнообразными насекомыми
- ☘ а с бамбуковой йога-платформы для медитаций откроется великолепный вид на рисовые поля и Балийское море

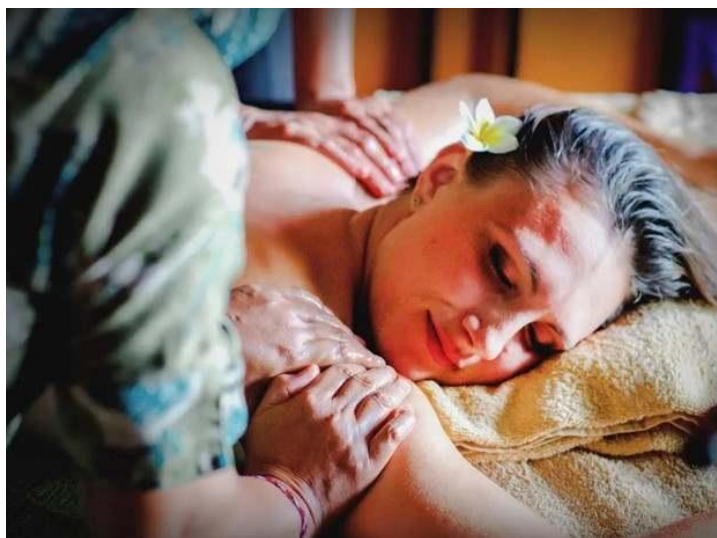
День	Программа на 3 ночи / 4 дня
1	Прибытие после полудня, балийский массаж Mandi Lulur и цветочная ванна
2	Консультация специалиста по аюрведе, Abhyanga oil, Bashpasweda
3	Shridhara, Avagaha Sweda
4	Наблюдение за дельфинами с лодки, по возвращению в отель аюрведическая процедура для лица, выезд

День	Программа на 5 ночей / 6 дней
1	Прибытие после полудня, Балийский массаж Mandi Lulur и цветочная ванна
2	Консультация специалиста по аюрведе, Udwartana, Bashpasweda
3	Abhyanga Oil, Snana, Shirodhara
4	Посещение горячих источников Банджар, буддистского храма Вихара и прогулка по эко-лесу
5	Marma Energy, Avagaha Sweda
6	Наблюдение за дельфинами с лодки, по возвращению в отель аюрведическая процедура для лица, выезд

День	Программа на 7 ночей / 8 дней
1	Прибытие после полудня, балийский массаж Mandi Lulur и цветочная ванна
2	Консультация специалиста по аюрведе, Udwartana, Bashpasweda
3	Marma Energy, Bashpasweda
4	Посещение горячих источников Банджар, буддистского храма Вихара и прогулка по эко-лесу, по возвращению в отель Urdhwa Abhyanga
5	Abhyanga Oil, Avagaha Sweda, Shirodhara
6	Трекинг по рисовым полям и посещение водопада Мундук, по возвращению в отель Reflexology
7	Njavarakhizi
8	Наблюдение за дельфинами с лодки, по возвращению в отель аюрведическая процедура для лица, выезд

День	Программа на 13 ночей / 14 дней
1	Прибытие после полудня, Балийский массаж Mandi Lulur и цветочная ванна
2	Консультация специалиста по аюрведе, Abhyanga Oil, Snana, Shirodhara
3	Udwartana, Basphasweda
4	Посещение горячих источников Банджар, буддистского храма Вихара и прогулка по эко-лесу
5	Marma Energy, Talapotchil
6	Abhyanga Fruit Snana
7	Podikizhi, AvagahaSweda
8	Трекинг по рисовым полям и посещение водопада Мундук, по возвращению в отель Reflexology
9	Pizchilli, Bashpasweda
10	Shiroabhyanga, Urovasti
11	Open Chakra
12	Njavarakhizi, Avagaha Sweda, Urdhwa abhyanga
13	Sarvangadhara, Bashpasweda
14	Наблюдение за дельфинами с лодки, по возвращению в отель аюрведическая процедура для лица, выезд

День	Программа на 21 ночь / 22 дня
1	Прибытие после полудня, балийский массаж Mandi Lulur и цветочная ванна
2	Консультация специалиста по аюрведе, Abhyanga Oil, Shirodhara
3	Udwartana, Avagaha Sweda, Shiroabhyanga
4	Padaghata, Bashpasweda
5	Abhyanga Fruit, Snana
6	Посещение горячих источников Банджар, буддистского храма Вихара и прогулка по эко-лесу
7	Pizchilil, Avagaha Sweda
8	Marma Energy
9	Open Chakra
10	Трекинг по рисовым полям и посещение водопада Мундук, по возвращению в отель Reflexology
11	Udwartana, Bashpasweda
12	Sarvangadhara, Bashpasweda
13	Abhyanga Oil, Bashpasweda
14	Elakizhi, Snana, Talapotichil
15	Urovasti, Reflexology
16	Shiro Abhyangam
17	Navarakizhi, Bashpasweda
18	Takradhara
19	Podikizhi, Bashpasweda
20	Padaabhyangam
21	Marma Energy
22	Наблюдение за дельфинами с лодки, по возвращению в отель аюрведическая процедура для лица, выезд



ЦЕНЫ

Категория виллы		3 ночи / 4 дня	5 ночей / 6 дней	7 ночей / 8 дней	13 ночей / 14 дней	21 ночь/ 22 дня
Sunrise / Sunset Seaview Deluxe Villa	SGL	1.161	1.790	2.450	4.452	7.030
	DBL	2.080	3.112	4.253	7.680	12.095
Sunrise Seaview Premium Villa with Plunge Pool	SGL	1.340	2.090	2.872	5.233	8.291
	DBL	2.259	3.413	4.673	8.459	13.338

В СТОИМОСТЬ ВКЛЮЧЕНО

- проживание в выбранной категории виллы
- трансфер в Zen Resort и обратно
- завтрак, обед и ужин (в день заезда ужин, обед в день выезда). В меню блюда здорового питания.
- ежедневно на вилле: минеральная вода, свежие цветы и корзина фруктов
- в соответствии с выбранной программой :
 - ➔ Аюрведические процедуры
 - ➔ Медитация, йога на рассвете и йога на закате
 - ➔ Культурные и познавательные экскурсии

В СТОИМОСТЬ НЕ ВКЛЮЧЕНО

- * любые личные расходы
- * еда и напитки не по программе
- * проживание вне программы
- * авиа-перелеты, визы
- * все, что не упомянуто в пункте «В стоимость включено»

ВАЖНО

- цена указана в дол США и включает все налоги и сборы
- цена указана за номер за пакет
- условия аннуляции :
 - при отмене за 17 дней – штраф 1 ночь
 - при отмене за 10 дней – штраф 50% стоимости проживания
 - при no show – штраф 100%
- стоимость пакетов может измениться из-за колебания курса валют и повышения стоимости бензина



С Bounty Bali Tours – совсем другой мир! Присоединяйтесь!