

# RETREAT SOULBODY GARGANO 13-21 PAŹDZIERNIKA 2023

## INFORMACJE PRAKTYCZNE

- Maksymalna liczba uczestników: 10



### Koszt

- Zakwaterowanie w jednoosobowym apartamencie z prywatną łazienką: € 1450 (Możliwość wpłaty w 2 ratach: €600 – przy rejestracji, €750 – do 15-go sierpnia). **UWAGA: dostępne są tylko dwa apartamenty tego typu! Zostaną przydzielone pierwszym osobom, które o nie poproszą.**
- Zakwaterowanie w dwuosobowym apartamencie z dzieloną łazienką: € 1350 (Możliwość wpłaty w 2 ratach: €600 – przy rejestracji, €650 – do 15-go sierpnia).
- Twoja opłata rejestracyjna podlega zwrotowi do 15 sierpnia 2023. Po 15 sierpnia zwrot wpłaty będzie możliwy wyłącznie jeśli znajdziemy osobę na Twoje miejsce!

### Koszt zawiera

- Noclegi w XIX-wiecznej włoskiej willi\*, bajecznie położonej na zboczu Monte Sant'Angelo, z widokiem na morze i gaje oliwne.
- Posiłki: śniadanie serwowane w willi; wegetariański lunch box – oparty na lokalnych produktach; kolacje w willi oraz w troskliwie dobranych, rodzinnych restauracjach serwujących jedzenie ze składników na zasadzie 'Zero Kilometrów'.
- Pełen transport lokalny (łącznie z transportem z Manfredonii lub Mattinaty do willi przy przyjeździe i z willi do Manfredonii lub Mattinaty przy wyjeździe).
- Minimum 1 godzina medytacji i praktyki somatycznej metodą soulcollage® z certyfikowanym facylitatorem
- 1 godzina jogi dziennie z certyfikowanym nauczycielem
- Wszystkie eventy: wyprawy do miejsc mocy (grota Archaniola Michała na Monte Sant'Angelo, grota w Cagnano Varano), trekkingi w góry Słońca, wyprawa łodzią do grot morskich, wizyta w muzeum archeologicznym w zamku w Manfredonii, workshop oliwkowy i inne.
- Bilety wstępu do muzeów
- Przewodnicy

\*ze względu na intymny i historyczny charakter willi, rodzaje pokoi oraz rozmieszczenie i wielkość łazienek różnią się od siebie zależnie od apartamentu. Prosimy o wyrozumiałość w tej kwestii!



### Koszt nie zawiera

- Biletów samolotowych oraz transportu z lotniska do miasta Manfredonia i na lotnisko z Manfredoni.
- Ubezpieczenia podróżnego (zalecane!).



### Praktyczne wskazówki

- Wygodne buty do spacerów oraz lekkiego trekkingu, ciepły sweter i kurtka od wiatru na górskie szczyty, kostium kąpielowy na plażę
- Poziom fitnessu: średniozaawansowany (Weź pod uwagę 2-godzinny trekking na górę Monte Saraceno oraz 1-godzinny trekking do klasztoru na Monte Sacro).



### Rejestracja

- By się zarejestrować skontaktuj się z Karolina: [contact@angelsfeetproject.com](mailto:contact@angelsfeetproject.com) lub tel: **+48 600 063 333**

Numer konta w mBank do wpłaty w euro:

Karolina Barwicz,

ul.Gwiazdzista 13/138

01-651 Warszawa

39 1140 2004 0000 3112 0577 5863

IBAN: PL39 1140 2004 0000 3112 0577 5863

SWIFT: BREXPLWMBK

Tytuł przelewu: GaganoPaździernik2023rozliczeniepodróży.