



Madeiran hyvinvointimatka 18.11. - 25.11.2019

Tervetuloa mukaan hyvinvointimatkalle lumoavan kauniille Madeiran saarelle! Madeira on tunnettu luontonsa puhtaudesta, vehreydestä ja rauhasta. Tällä matkalla pääset nauttimaan luonnosta ihanilla patikointiretkillä. Levadoilla kulkiessa voi kokea Madeiran monipuolisen luonnon kaikilla aisteillaan. **Patikointiretkien lisäksi hyvinvointiohjelmaan kuuluvat taiji- ja joogaharjoitukset.**

Ohjaajina matkalla ovat Anne Suomi ja Anne Syvälahti. Anne Suomi on raisiolainen taiji- ja mindfulness-ohjaaja. Hän on kokenut Madeiran kävijä, ja toimii levadaretkillä oppaanamme. Lisäksi hän ohjaa meille taijita. Taiji vahvistaa terveyttä, voimaa ja tasapainoa. Anne Syvälahti on turkulainen jooga- ja mindfulness-ohjaaja. Hän ohjaa matkalla lempeitä, kehoa huoltavia joogaharjoituksia. Sekä taiji että jooga sopivat kaikille ja aikaisempaa kokemusta ei tarvita. Patikointiretkillä etenemme rauhallisesti eli tavallinen kävelykunto on riittävä. Mukaan kannattaa ottaa vaelluskengät ja joogamatto. **Matkalle pääsee 10 ensin ilmoittautunutta.**

Hotelli Alto Lido

Alto Lido on viihtyisä hotelli, joka sijaitsee hyvällä paikalla Funchalin ydinkeskustan ulkopuolella, kävelyetäisyyden päässä merivesialttilta. Aamupala sisältyy hintaan. Hotellin puutarhassa on uima-allas. Lisäksi hotellilla on sisäuima-allas. Hotellin ravintolassa on sekä buffet- että à la carte -tarjoilua. Hotellissa on pieni kuntosali sekä squashkenttä. Teemme taiji- ja joogaharjoitukset hotellin ulkoalueilla. Sateen varalle meillä on käytössä sisätila.

Hotellin nettisivut:

<https://www.tjareborg.fi/portugali/funchal/alto-lido>

Hinta 1085 e / hlö

Hintaan sisältyvät lennot, ateriat lennoilla, matkalaukku ruumassa, lentokenttäkuljetukset, majoitus ja aamiaiset sekä hyvinvointiohjelma. Bussi/taksimatkat levadakohteisiin ovat omakustanteisia.

Lisämaksusta puolihoito 160 e. Lisämaksusta kahden hengen huone omaan käyttöön 180 e.

Lentoajat:

18.11. DK1308 Helsinki-Madeira 08.00-11.55

25.11. DK1309 Madeira-Helsinki 14.15-20.55

Ilmoittautuminen sähköpostilla: ryhmat@tjareborg.fi tai soittamalla +358 (0) 9 123 7681

Ilmoittautumistiedot: nimi, syntymäaika, osoite, sähköposti ja puhelinnumero

Varaus- ja maksuehdot:

Ennakkomaksu 200 e viikon sisällä varauksesta, loppumaksu 45 vrk ennen lähtöä

Peruutusehdot:

a) Etukäteen ilmoitetut toimistokulut, kun matka peruutetaan viimeistään 45 vuorokautta ennen matkan alkamista. Tjäreborgin tilauslennolla toteutettavien matkapakettien toimistokulut ovat 200 € / henkilö.

b) Varausmaksu, kun matka peruutetaan myöhemmin kuin 45 vuorokautta mutta viimeistään 21 vuorokautta ennen matkan alkamista.

c) 50 % matkan hinnasta, kun matka peruutetaan myöhemmin kuin 21 vuorokautta mutta viimeistään 7 vuorokautta ennen matkan alkamista, kuitenkin vähintään toimistokulut.

d) 75 % matkan hinnasta, kun matka peruutetaan myöhemmin kuin 7 vuorokautta mutta viimeistään 3 vuorokautta ennen matkan alkamista.

e) 95 % matkan hinnasta, kun matka peruutetaan myöhemmin kuin 3 vrk ennen matkan alkamista.

<https://www.tjareborg.fi/matkaehdot>

Vastuullinen matkanjärjestäjä on Oy Tjäreborg Ab. Suosittelemme matkavakuutusta.

Lämpimästi tervetuloa matkalle!

