



Релакс-тур "Источники здоровья и горные вершины: серебряный отдых"

Длительность: 6 дней

Место начала / Завершения тура: Аэропорт Минеральные Воды / Аэропорт Минеральные Воды

Места показа: Россия, Карачаево-Черкесская Республика, Архыз, Специальная астрофизическая обсерватория, Белые водопады

Допустимый возраст: 5+

Цена за человека от 78 000 руб.

В стоимость тура включено

- транспортное обслуживание по программе
- проживание: парк-отель SUN VILLAGE Arkhyz
- питание: завтраки, обеды и ужины по программе
- входные билеты в объекты культуры и отдыха по программе тура
- Трансфер: аэропорт - гостиница - аэропорт
- Услуги гида-проводника
- Экологические сборы заповедников

В стоимость тура не включено

- индивидуальный трансфер
- Экскурсии, не включенные в программу тура
- катание на лошадях

Описание тура

Расслабляющий тур с полным погружением в природу, историю Кавказа и собственное я. Этот тур для тех, кто устал от городской суеты и офисной работы, кто заботится не только о своем теле, но и душе, кому интересна культура и история, кто ценит комфорт, уют и уединение с природой.

Программа тура

День 1. Встреча. Трансфер в Архыз. Размещение в отеле. Приветственный ужин

Рекомендуемое время прибытия - до 13:00

Встречаемся в аэропорту или на ж/д вокзале Минеральных Вод и с комфортом отправляемся в наше приключение.

Нас ждет великолепная дорога в сердце гор - величественный Архыз.

Сразу по прибытию вас ждет отдых в термальных источниках, где вы сможете расслабить свое тело и разум, окончательно оставить городскую суету и погрузиться в свои собственные мысли. Далее размещение в парк-отеле SUN VILLAGE Arkhyz, свободное время и приветственный ужин в кругу новых друзей. Оставшийся вечер в вашем распоряжении - вы можете погулять по поселку, посмотреть кино или просто насладиться тишиной.

Тайминг:

14:00 - Трансфер Минеральные Воды – парк-отель SUN VILLAGE Arkhyz

15:30-17:00 – Термальные источники

19:00 – Заселение

20:00 – Ужин и вечер знакомств

Свободное время: прогулка, просмотр фильма.

День 2. Погружение: суставная и дыхательная гимнастики, баня, гастроужин, просмотр кино

Этот день наполнен здоровьем и релаксом! Разогреемся на суставной гимнастике и отправимся на завтрак по системе "шведский стол". А далее окунемся в подсознательное, вдохнем энергию Ци, познаем азы древней китайской дыхательной гимнастики, научимся дышать правильно, получим опыт, который унесем с собой в цивилизацию.

После возвращения в сознательное самое время подкрепиться и посвятить время себе, переосмысливая полученный опыт. Можно погулять по лесу, посетить баню или прокатиться на лошадях.

А вечером восхитительный Гастроужин по-Кавказски в кругу друзей и мастер-класс от шеф-повара по приготовлению хычинов.

Этот день был очень насыщенным, наполненным эмоциями и новыми переживаниями, самое время завершить его просмотром познавательного советского кино

Тайминг дня:

08:30 – 09:15 – Суставная гимнастика (45 минут)

09:30 – 10:30 – Завтрак по системе «шведский стол»

11:00-12:00 – Дыхательная гимнастика «Цигун» (60 минут)

13:30 – 14:30 – Обед по системе «комплексный»

14:30-16:00 – Свободное время

16:00-17:00 - Чаепитие

19:00-20:00 – Ужин, мастер-класс

20:00 – Познавательный вечер советского кино

День 3. Встреча со звездами.

После уже знакомого разогрева и погружения в свое сознание отправимся в крупнейшую в Европе обсерваторию, построенную в начале 70-х годов XX века, которая и сейчас является одной из самых востребованных в научном мире.

А далее наш путь лежит к Нижне Архызском древнеаланскому городищу. Когда-то здесь, на торговом пути, находился большой город, но на Кавказ пришла беда в виде завоевателя Тамерлана и город был разрушен. До наших же дней сохранились несколько храмов. Соприкосновение с древностью никого не оставит равнодушным,

После экскурсии возвращаемся обратно в отель, отдыхаем, и после ужина специально для вас подготовлено уникальное событие: Встреча со смыслом: «Бар с Учёным» - Поговорим о Вселенной и звездах Гость научный сотрудник САО РАН.

Тайминг дня:

08:30 – 09:15 – Суставная гимнастика (45 минут)

09:30 – 10:30 – Завтрак по системе «шведский стол»

11:00-12:00 – Дыхательная гимнастика «Цигун» (60 минут)

13:30 – 14:30 – Обед по системе «комплексный»

15:00 – 17:00 - Экскурсия в Специальную астрофизическую Обсерваторию РАН, Аланское городище

18:00 – Трансфер в парк-отель SUN VILLAGE Arkhyz

19:00-20:00 - Ужин по системе «комплексный»

20:00 - «Бар с Учёным»

День 4. Джип-тур к Белым водопадам, песни у костра

Пришло время встряхнуться: после сеансов суставной и дыхательной гимнастик, вкусного завтрака и плотного обеда отправляемся на подготовленных джипах к Белым водопадам - одной из самых красивых достопримечательностей не только Кавказа, но и всей России без сомнений! Водопад на реке Белой является частью ущелья, где проходит слияние потоков Белой и Псыша, фото на фоне бурных потоков воды, разбивающихся о величественные скалы, взорвут вашу ленту в соц. сетях.

После активного дня вас ждет вкусный ужин и вечер в пионерском стиле: споем вместе знаменитые песни под треск костра.

Тайминг дня:

08:30 – 09:15 – Суставная гимнастика (45 минут)

09:30 – 10:30 – Завтрак по системе «шведский стол»

11:00-12:00 – Дыхательная гимнастика «Цигун» (60 минут)

13:30 – 14:30 – Обед по системе «комплексный»

15:00 - 17:30 – Поездка на джипах к Белым водопадам

19:00 – Ужин по системе «комплексный»

20:00 – Вечер авторских песен у костра «Споём вместе»

День 5. Кардиопрогулка на Безымянное озеро, дискотека "Серебряное диско"

Утро пройдет в уже привычном нам режиме: суставная гимнастика для здорового тела, завтрак и дыхательная гимнастика для здорового духа. А после сытного обеда отправимся скандинавской ходьбой к Озеру Безымянному, по форме напоминающему символический рисунок сердца. Безупречная гладь воды и прохлада гор не оставят вас равнодушными, и вы влюбитесь в Кавказ окончательно и бесповоротно... Кардионагрузка 10 000 шагов наполнит ваше тело новой энергией, а горный травяной чай на берегу безмолвного озера успокоит сердцебиение.

После активной прогулки вас ждет свободный вечер, вы можете погулять по поселку, попариться в баньке

или прокатиться на лошадях, а в завершении дня - танцы!

Тайминг дня:

08:30 – 09:15 – Суставная гимнастика (45 минут)

09:30 – 10:30 – Завтрак по системе «шведский стол»

11:00-12:00 – Дыхательная гимнастика «Цигун» (60 минут)

13:30 – 14:30 – Обед по системе «комплексный»

14:30 - 17:30 - Прогулка «скандинавской ходьбой» (кардионагрузка 10 000 шагов) на Безымянное озеро с чаепитием

Свободное время. Прогулка, баня «по-Белому» или катание на лошадях (за отдельную оплату)

20:00 – Дискотека «Серебряное диско»

День 6. Прощание с Кавказом. Заезд на ферму альпак, трансфер.

Наш релакс-тур подходит к концу. Напоследок проведем наши любимыи гимнастики, позавтракаем и отправимся в обратный путь, по пути заедем на ферму альпак, познакомимся с милыми плюшевыми зверьками и с комфортом прибудем ав аэропорт или на ж/д вокзал Минеральных Вод.

Кавказ навсегда остался в вашем сердце и с нетерпением ждет вас снова и снова..

Тайминг дня:

08:30 – 09:15 – Суставная гимнастика (45 минут)

09:30 – 10:30 – Завтрак по системе «шведский стол»

11:00-12:00 – Дыхательная гимнастика «Цигун» (60 минут)

12:30 - Отъезд (трансфер)

- Посещение Фермы Альпак

- Продолжение трансфера в аэропорт/ж/д вокзал

Рекомендуемое время вылета из Минеральных Вод - начиная с 18:00

Дополнительно

Внимание! В связи с погодными условиями в целях безопасности Туроператор оставляет за собой право изменить экскурсионную программу.

Места сбора группы

Аэропорт Минеральные Воды

Сбор группы в аэропорту г. Минеральные Воды. Рекомендуемое время прилета — до 13:00

Даты тура

Август 2024

27 августа 2024 в 09:00 - 01.09.2024 от 78 000 руб.			
---	--	--	--

Сентябрь 2024

17 сентября 2024 в 09:00 - 22.09.2024 от 78 000 руб.			
---	--	--	--

Октябрь 2024

01 октября 2024 в 09:00 - 06.10.2024 от 78 000 руб.	15 октября 2024 в 09:00 - 20.10.2024 от 78 000 руб.	22 октября 2024 в 09:00 - 27.10.2024 от 78 000 руб.	
--	--	--	--