



Pravdzine Podróże

SRI LANKA: JOGA NA CEJLONIE

Kraj: Sri Lanka

Zobacz on-line: <http://k.io-lab.net.pl/471/>

Łączy z policzka Indii czy Perła Oceanu Indyjskiego? Niezależnie od przyjętego określenia Sri Lanka jest wyspą wartą bliższego poznania. Podczas wyprawy nasze dni będziemy zaczynać lub kończyć codzienną praktyką jogi i medytacji, poznamy lokalne obrzędy i zwyczaje podczas ceremonii w Świątyni Zęba Buddy i wdrapiemy się na Lwią Skalę, skąd będziemy podziwiać rozległą panoramę okolicy. W końcu znajdziemy też odpowiednią ilość czasu na relaks w hamaku na piaszczystych plażach. Chętni będą mogli wybrać się na safari w pełnym słońcu parku Udawalawe lub rejs po oceanie w poszukiwaniu wielorybów. Z wyprawy przywieziemy słynną cejlońską herbatę, aromatyczny cynamon i przyprawy, które jeszcze długo po powrocie będą przypominać nam o pięknej Sri Lance.

PROGRAM WYPRAWY:

DZIEŃ 1: WYLOT NA SRI LANKĘ

Przelot z Polski do Colombo.

Jeśli chcesz wylecieć z innego portu lotniczego w Europie, skontaktuj się z nami!

DZIEŃ 2: COLOMBO - W GŁĄB WYSPY

Rano przylatujemy do Colombo. Stąd ruszamy w podróż w głąb wyspy z lokalnym przewodnikiem. Dzisiaj czeka nas wprowadzenie do zajęć jogi, dzięki którym nie tylko nasze ciała, ale także dusze i umysły spędzą na Sri Lance odprężający czas.

DZIEŃ 3: SIGIRIYA

Wczesnie rano wchodzimy na Sigirię - Lwią Skalę, gdzie w V wieku n.e. założył fortecę król Kassapa. Wspinając się 200 metrów po schodach na tę tajemniczą skalę wyrastającą zaskakująco z otaczającej równiny, obejrzymy przepiękne freski przedstawiające kobiece postaci. Przy zejściu zobaczymy pozostałości po ogrodach pałacowych i jaskinie, w których u stóp fortecy żyli mnisi. Po powrocie do hotelu odprężymy się na wieczornych zajęciach jogi.

DZIEŃ 4: KANDY, ŚWIĄTYNIA ZĘBA BUDDY

Poranne zajęcia jogi, a następnie przejazd do Kandy. Odwiedzimy Świątynię Zęba Buddy, gdzie weźmiemy udział w ceremonii ofiarnej ku czci tej cennej relikwii. Wieczorem udamy się na pokaz tradycyjnych kandyjskich tańców.

DZIEŃ 5: TANGALLE

Poranne zajęcia jogi i przejazd w okolice Tangalle na południu wyspy. Wypoczynek na plaży nad Oceanem Indyjskim i zakończenie dnia wieczornymi zajęciami jogi.

DZIEŃ 6: JOGA, OCEAN, PLAŻA

Praktykujemy jogę, odpoczywamy na plaży, w hamaku lub oceanie.

DZIEŃ 7: JOGA, OCEAN, PLAŻA LUB SAFARI

Praktykujemy jogę i relaksujemy się z widokiem na ocean.

OPCJA DLA CHĘTNYCH: Przejazd do Parku Narodowego Udawalawe położonego wokół malowniczych rozlewisk rzeki Walawe. Po parku przemieszczamy się specjalnymi jeepami z przewodnikiem, z którym będziemy wypatrywać słoni i innych zwierząt chowających się w buszu. Park zamieszkuje kilkaset słoni, ale będzie można spotkać również krokodyle, warany, szakale, bawoły wodne czy wiele rodzajów ptaków takich jak pawie, orły i czaple.

DZIEŃ 8: JOGA, OCEAN, PLAŻA LUB REJS PO OCEANIE

Praktykujemy jogę i relaksujemy się z widokiem na ocean.

OPCJA DLA CHĘTNYCH: Od grudnia do kwietnia u południowego wybrzeża Sri Lanki można zaobserwować walenie: płetwala błękitnego, kaszalota i delfina długoszczękiego. Przy sprzyjających warunkach, wcześniej rano chętni wyruszą na rejs po Oceanie Indyjskim, aby wypatrywać tych wielkich morskich ssaków.

DZIEŃ 9: JOGA, OCEAN, PLAŻA LUB RZEKA MAADU

Praktykujemy jogę i relaksujemy się z widokiem na ocean. Tego dnia w nocy, lub następnego w godzinach porannych przejazd na lotnisko.

OPCJA DLA CHĘTNYCH: udamy się w 3,5-godzinny rejs po rzece Maadu. Popłyniemy łodzią wśród lasów namorzynowych przystając na wysepkach - na jednej z nich uprawia się cynamon, natomiast na drugiej stoi mały buddyjski klasztor, gdzie zobaczymy jak żyją mnisi.

DZIEŃ 10: POWRÓT

Przelot do Polski

TERMINY I CENY:

TERMIN	CENA
11.03 - 20.03.2026	2390.00 EUR + 1000.00 PLN
27.04 - 06.05.2026	2390.00 EUR + 1000.00 PLN

CENA OBEJMUJE:

Transport

- prywatny minibus na całej trasie według programu

Zakwaterowanie

- 8 noclegów w hotelach 3* (pokoje 2-os. z łazienką)

Wyżywienie

- śniadania i kolacje w hotelach

Bilety wstępu

- Sigiriya
- Świątynia Zęba Buddy
- pokaz tańców w Kandy

Lokalny przewodnik

- podczas objazdu wyspy

Opieka pilota

- opieka pilota Kiribati Club

Pozostałe

- zestaw podróżnika Kiribati Club
- twój osobisty przewodnik w formie aplikacji - [**sprawdź jak to działa**](#)

Ubezpieczenie

Ubezpieczenie podróżne Signal Iduna Bezpieczne Podróże ŚWIAT Super:

- KL 100 000 EUR (w tym następstwa chorób przewlekłych)
- NNW 15 000 PLN
- bagaż 2 000 PLN
- OC 50 000 EUR

CENA NIE OBEJMUJE:

- wizy na Sri Lankę: ok. 50 USD/os.
- transportu podczas wypoczynku nad Oceanem
- pozostałego wyżywienia
- obowiązkowych napiwków 100 USD
- atrakcji dla chętnych