

**ГОТОВ ЛИ СИ ДА СЕ ПОТОПИШ В МАГИЯТА НА
ИНДОНЕЗИЙСКИТЕ ОСТРОВИ – ТАМ, КЪДЕТО ОКЕАНЪТ И ДУХЪТ
СЕ СРЕЩАТ В БЕЗКРАЙНИЯ ХОРИЗОНТ?**

Sacred Island

Бали & Отвъд

**12-дневен йога ритрийт на
индонезийските острови**

11.11.-20.11, 2025 г.

ЙОГА | ТРАНСФОРМАЦИЯ | НАСЛАДА

FOOD.4.THESOUL | SAMUDRAYOGASPACE

ЕЛА С НАС, ТАМ, КЪДЕТО ДУШАТА ДИША С ОКЕАНА.

В сърцето на Индонезия – от тюркоазените води на Гили Айър, през магичната тишина на Убуд, до прегръдката на природата в Yogi's Garden – те очаква пътешествие към радостта, вътрешния покой и усещането за принадлежност.

В продължение на десет дни ще се носим в ритъма на морето и ще се вслушваме в тишината на вътрешния си свят.

С ежедневна йога, дихателни практики и медитация ще се завръщаме с нежност към тялото, към дъха, към себе си.

Ще плуваме с костенурки, ще гребем към залежи, ще се смеем край огъня, ще споделяме храна със сърца, отворени за връзка – и ще мълчим, когато душата ни го поиска.

Това е ритрийт, в който духовната дълбочина среща лекотата на островния живот.

Ще изследваме храмове, ще танцуваме под звездите, ще плуваме в топлите води и ще си спомним какво е да бъдеш истински жив.

Природата ще ни обгърне, общността ще ни сплоти, красотата ще ни вдъхнови – и ще си припомним какво е да се чувстваш лек, заземен и присъстващ.

xxx Alex & Laura

@food.4.thesoul
@samudrayogaspace

Какво те очаква?



**Красотата на
остров Гили**



Убуд



Бали

Приключение, изпълнено с наслада, сред свещените острови — където сутрешната йога среща морския бриз, където споделените моменти на хранене стоплят душата, където плуваш с костенурки, танкуваш бос под залеза, гребеш сред златната светлина и преоткриваш радостта в начина си на живот. Това е пътуване към себе си, към радостта и тишината — място, където изцелението идва чрез смях, движение и дълбока връзка.

Настаняване:



**Инфинити
Басейн**



**На брега на
морето**



Комфорт

Ще се събуждаш с гледка към океана и открито небе във вилите ни на Гили Айър. Няколко дни по-късно ще бъдеш сред зеленината на Убуд, обгърнат от духовния ритъм на островния живот. А скоро след това ще пристигнеш в Yogi's Garden – място, където природата те кани да слушаш, да изследваш и да си спомниш кой си.





Запознай се с нас

Ние, **Алекс** и **Лаура**, сме страстни изследователи.

Приключенски настроени и дълбоко любопитни, следваме вътрешните си импулс пътувайки през различни континенти в търсене на истината, изцелението и връзката.

Пътищата ни се пресичат за първи път преди почти година в сърцето на Бали, когато аз, Алекс, на самостоятелно пътуване за самооткриване, се присъединих към йога ритрийт, воден от Лаура. Там възниква искра – както в личен, така и в творчески план.

Заедно организирахме първия си ритрийт в България. Сега се завръщаме на острова, където всичко започна – в Бали, и те каним да се присъединиш към нас в тази следваща глава.

Този ритрийт съчетава дълбоката духовна мъдрост и йогийските познания на Лаура с моята страст към смислените разговори, храната, която подхранва душата, и споделената общност.

Добре дошъл/дошла на нашия ритрийт в Бали, където пътешествието продължава – заедно.



Програма

Ден 1 – пристигане в Бали

Добре дошли в Бали! Частен трансфер от летището в Денпасар ще ви отведе до нашата уютна вила в Санур, където започва вашето пътешествие. След пристигането ви очаква време за почивка, настаняване и една изненада.

Вечерта ще се съберем около споделена трапеза за нашата първа вечеря и ритуал по поставяне на лични намерения за ритрийта.



Ден 2 – Островите Гили

След сутрешна йога и закуска се отправяме с бърза лодка към Гили Айр – нашият островен дом за следващите три нощи.

На този малък, спокоен остров няма коли – само велосипеди, пясъчни пътеки и простор. Очакват те йога практики край морето, гмуркане с костенурки, разходка до подводната градина със скулптури на Гили Мено, незабравими залези и по желание – екстатичен танц или звукова терапия.

Тук започва истинският ритъм на островния живот.



Програма

Ден 5-8 – Убуд

Пътят ни отвежда в зеленото, изумрудено сърце на Бали – Убуд. Земя на храмове, оризови тераси и древна магия.

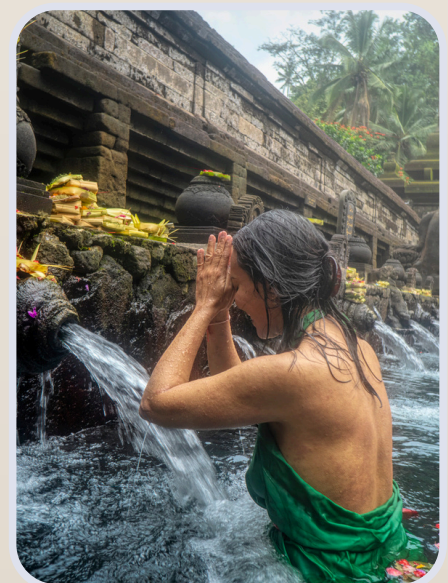
Тук времето се забавя. Събуждаш се със слънцето, практикуваш йога под открито небе, заобиколен от джунглата, и се потапяш в ритуали, които хранят душата.

Всеки ден се превръща в свещен ритъм от движение и покой, радост и вътрешна тишина.

Някои моменти ще те отведат дълбоко навътре, други ще те издигнат в лекотата на играта и присъствието.

Какво те очаква в Убуд:

- Ежедневна йога, медитация и дихателни практики сред тишината на джунглата
- Ритуал за водно пречистване на свещен извор с балийски свещеник
- Какаова церемония и екстатик танц за отваряне на сърцето
- Лечебни масажи, спа терапии и цветни вани
- Киртан под звездите
- Посещения на древни храмове и скрити водопади



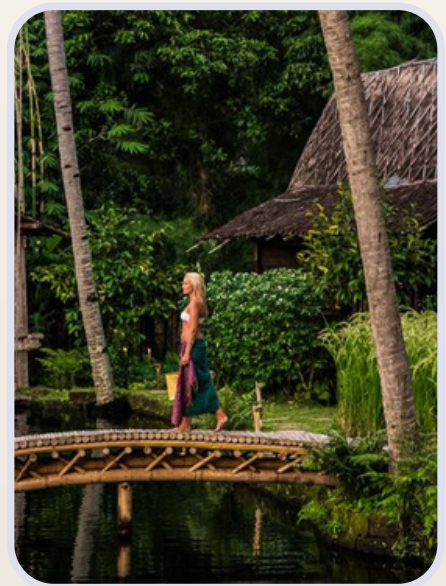
Програма

Ден 5-8 – Yogis Garden

Yogi's Garden е пространство за отстъпление и свързване с природата — място, където ще забавим ритъма, ще дишаме дълбоко и ще се насладим на балансирани farm-to-table ястия в тишина и простота.

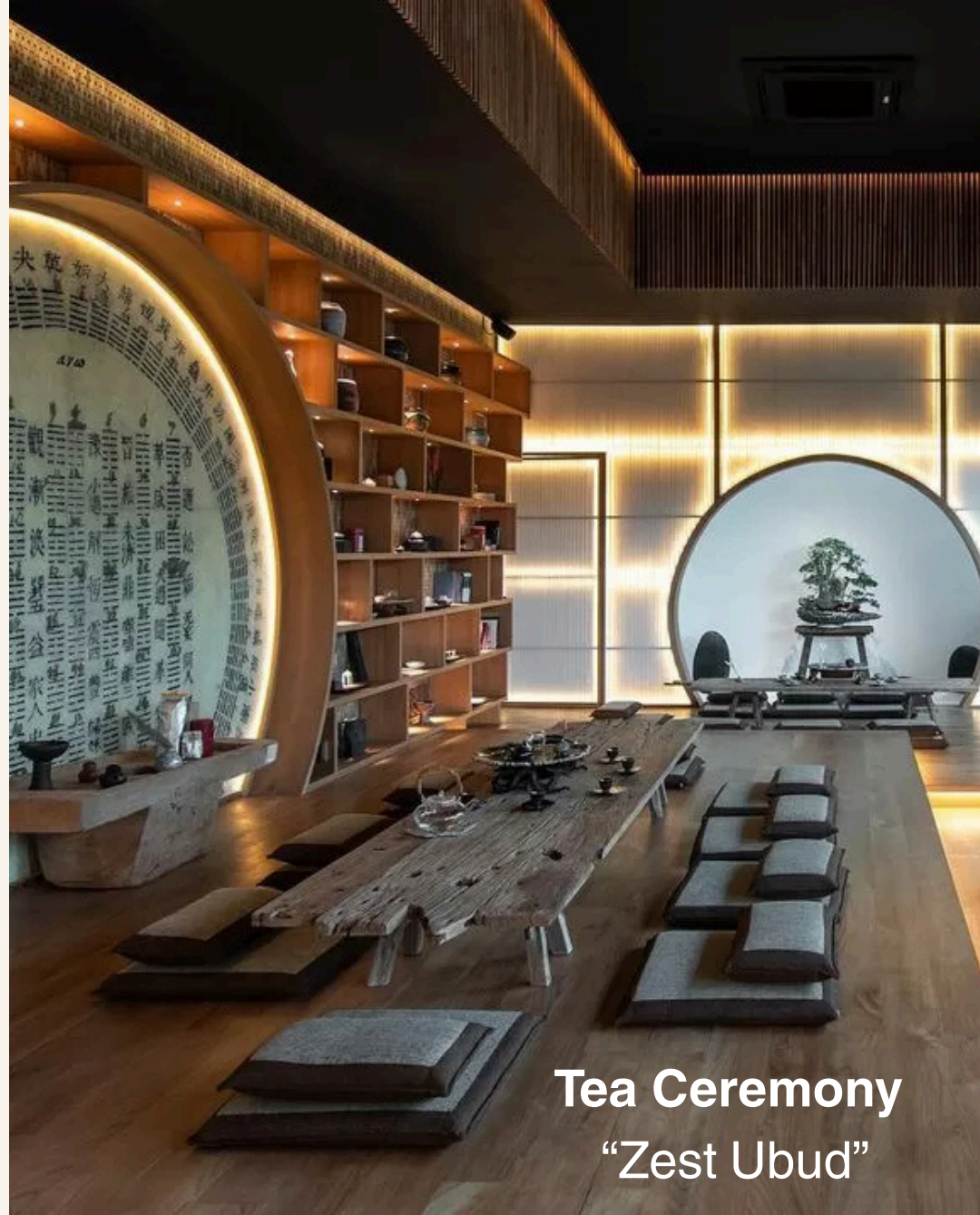
Ще се потопим в ритъма на земята с:

- Изгрев при вулкана
- Леки преходи сред природата
- Йога и медитация
- Холистични терапии
- Студени вани и сесии в сауна
- Прясна храна – директно от градината до масата
- Почивка в горещи минерални извори
- Време за тиха интеграция и вътрешна хармония

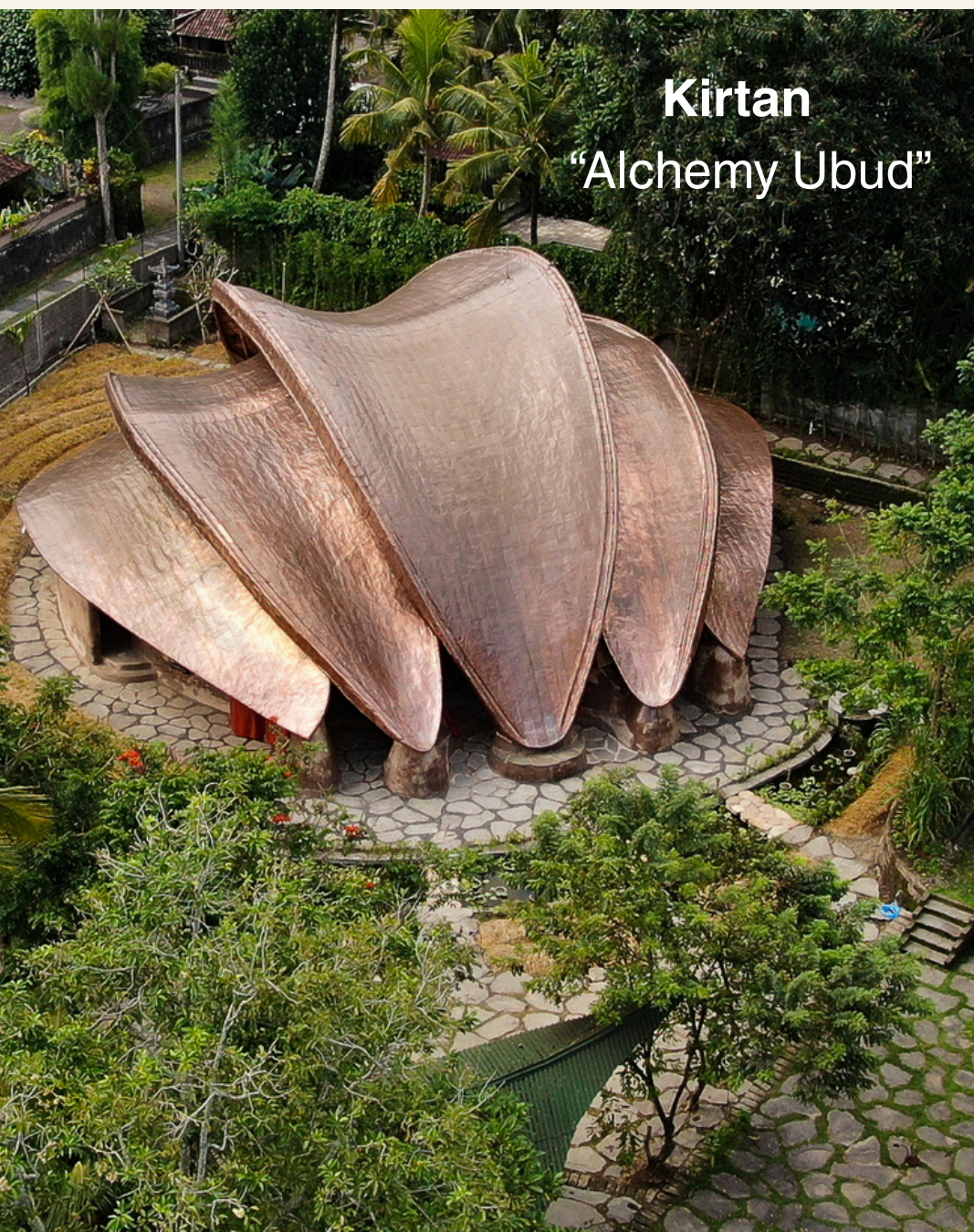




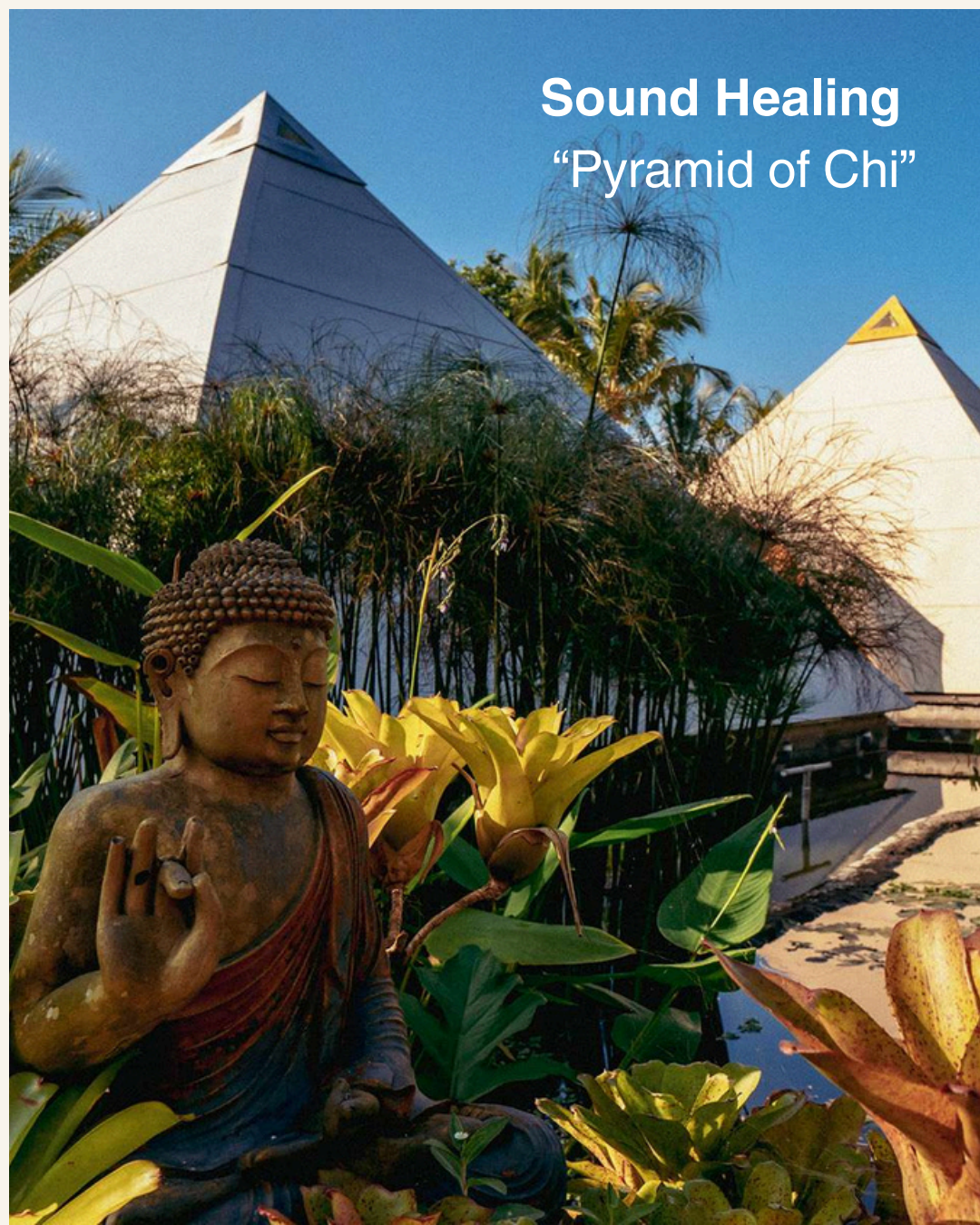
Ecstatic dance
"The Yoga Barn"



Tea Ceremony
"Zest Ubud"



Kirtan
"Alchemy Ubud"



Sound Healing
"Pyramid of Chi"

Нашите гост-фасилитатори

Лаура Роденас - йога учител от югоизточна Испания с над **12 години** опит в практиката и преподаването на **Ashtanga, Hatha, Kundalini and Anusara**, вдъхновена от обученията си в **Индия** – **Swami Tapodini** от **Bihar School of Yoga**.

Практиките ѝ носят баланс, движение и пространство за вътрешна трансформация.

Анан Дхандапани - йога учител от Южна Индия с над **15 години** опит, сертифициран **Yoga Acharya Master** и **Ashtanga Level 2**.

Комбинира **Hatha, Ashtanga, Pranayama** и **Naturopathy** в динамични и медитативни практики.

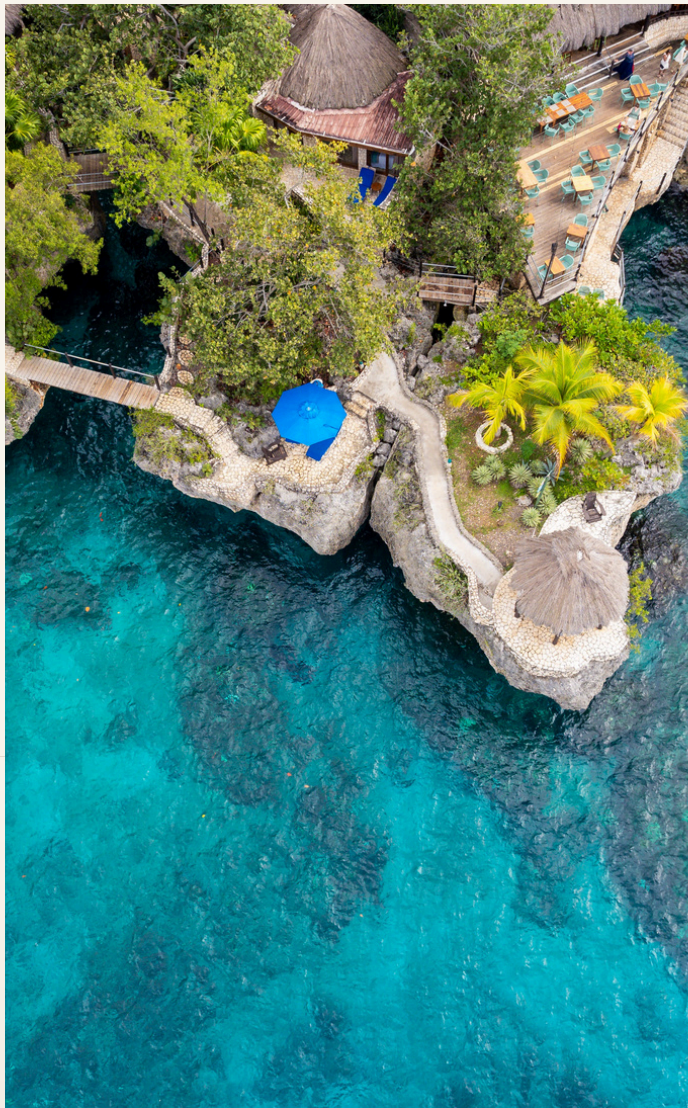
Преподава основно в **Бали**, където води ритрийти и обучения, съсредоточен върху връзката между тяло, ум и дух.



Laura Rodenas
@samudrayogaspace



Anandan Dhandapani
@samudrayogaspace



ИНВЕСТИЦИЯ

ЦЕНА

Единично
настаняване

Двойно
настаняване

Ранно Записване

2.444€

1.777€

Важи до 1ви Септември

Стандартно Записване

2.888€

1.999€

Важи след 1ви Септември

След като веднъж се присъединиш към ритрийт, организиран от нас, получаваш допълнителна 5% отстъпка за всички бъдещи ритрийти.

Пакетната цена включва:

- **Настаняване** – 9 нощувки в подбрани вили в Бали, Гили, Убуд и Yogi's Garden, лично проверени за качество.
- **Включени закуски + 2 групови вечери**
- **Транспорт** – частни трансфери, фериботи, велосипеди, трансфери до летището и транспорт за всички групови активности.
- **Подкрепа и подготовка** – WhatsApp група за постоянна връзка и насоки + Пътеводител с полезна информация (списък за опаковане, визи, логистика).
- **Йога и медитация**
- **Практики за дишане и творческо писане (journaling)**

Пакетната цена не включва:

- **Самолетни Билети** (с възможност за съдействие със закупуването при необходимост)
- **Визови такси** (ние ще ви помогнем с информацията)
- **Пътна застраховка** (задължителна за всички участници)
- **Допълнителни активности** като посещения на храмове, шнорхелинг, гмуркане, екстатичен танц, сърф и други активности.
- **Допълнителни храненияя или посещения на ресторанти** извън груповата програма
- **Лични терапевтични сесии или СПА процедури**

За записване:

Samudrayogospace@gmail.com
+359 897 837070 - Whatsapp

ПОЛИТИКА ЗА ПЛАЩАНЕ

Запазете своето място с депозит от 30% до 1ви септември.

Изберете един от следните два варианта за доплащане:

Вариант 1: Разсрочено плащане

- **15ти септември – 35%**
- **15ти октомври – 35%** (остатъкът от сумата)

Вариант 2: Заплащане на цялата сума

- Ако заплатите цялата сума до 1ви септември получавате 5% отстъпка

Важно! След 1ви септември депозитът не подлежи на възстановяване. С направата на резервация се съгласявате с тази политика.

Краен срок за плащане на цялата сума: **15ти октомври**

Това ни позволява да потвърдим резервациите с местните ни партньори навреме.

В случай на извънредна ситуация и необходимост от отказ, молим да се свържете с нас възможно най-скоро.

Възстановяване на средства (с изключение на депозита) може да бъде разгледано по индивидуален случай, но не по-късно от 30 дни преди началото на пътуването.

Работим в тясно сътрудничество с малки местни доставчици, които изискват авансови плащания за настаняване, транспорт и преживявания — благодарим ви за разбирането!



Психичното равновесие и вътрешният мир вървят ръка за ръка. За да постигнем психично равновесие, е важно да приоритизираме грижата за себе си, да поставяме здравословни граници и да управляваме нивата на стрес.

Вътрешният мир расте тихо чрез прости практики – като да седнеш с дъха си, да напишеш това, което носиш в сърцето си, и да забележиш за какво си благодарен. Присъедини се към нас в Бали, поemi дълбоко въздух и се свържи отново с онова, което наистина има значение.

[@food.4.thesoul](#)

[@samudrayogaspace](#)

