

Vacaciones de Yoga en Goa, India



Una idea del viaje

Pisar la tierra donde se originaron el **Yoga** es una experiencia que nos puede abrir la mente y ayudar a comprender mejor estas ciencias milenarias. Descubrirlo en las playas de **Goa** haciendo el curso frente al mar es un regalo y un privilegio que queremos compartir con todos vosotros.

Llegarás a la ciudad de **Goa**, una antigua colonia portuguesa que aún conserva su encanto y tradiciones propias y únicas. Te instalarás en el centro de Yoga, frente a las costas de Goa y tendrás el primer día para relajarte y disfrutar del ambiente...

Al día siguiente comienza el curso de yoga, que dura 7/14 días, según la opción que elijas. El curso se basa en el **Vinayasa Flow** y el **Ashtanga yoga**, y ofrece un programa único para progresar de forma efectiva y rápida en tu práctica. Todas las actividades del curso se realizan al **aire libre**, y el centro está situado delante del mar... Es un privilegio hacer yoga disfrutando del clima de Goa!!

A tu llegada al aeropuerto de Goa, te esperaremos para acompañarte hasta el centro de Yoga donde te alojarás hasta finalizar el curso. Este primer día en Goa será libre para instalarse en las bonitas instalaciones del centro y disfrutar de la tranquilidad y el relax que brindan unos días en la playa.

El último día de tu estancia tienes el traslado al aeropuerto incluido. en India.

Durante esta semana podrás disfrutar y descubrir una nueva parte de la India, y al mismo tiempo profundizar en tu conocimiento personal. Una muy buena elección para aquellas personas que quieran practicar el yoga en su entorno original!



Programa del curso:

- **6.00 - 7.00 am:** Meditación y Pranayama
- **7.10 - 9.00 am:** Práctica de series de Ashtanga Vinyasa
- **7.10 - 9.30 am:** Workshop de apertura de caderas (martes)
- **7.10 - 9.30 am:** Vinyasa Workshop - Aprender a saltar en las transiciones entre asanas (jueves)
- **7.10 - 9.30 am:** Workshop Asanas para la espalda (sábado)
- **9.40 - 10.40 am:** *Desayuno*
- **2.00 - 3.00 pm:** *Comida*
- **3.10 - 4.30 pm:** Alineación y ajustes
- **5.00 - 6.30 pm:** Yin Yoga / Ashtanga Series / Hatha Yoga / Yoga Restorativo
- **7.00 - 8.00 pm:** *Cena*

Actividades por las noches:

Lunes: *Kirtans*, cantos de mantras

Martes y jueves: Pase de documentales relacionados con el Yoga

Toda la comida servida en los desayunos, comidas y cenas durante la semana del curso es ayurvédica y ecológica.

Todas las comidas están incluidas durante los días de curso.



terraKia

Viajes de Inmersión Cultural





terraKia

Viajes de Inmersión Cultural





Viajes de Inmersión Cultural

Precio por persona - Curso de 7 días:	1.200 €
Precio por persona - Curso de 14 días:	2.330 €

Este precio incluye:

- El curso de 7 o 14 días de Yoga según la opción escogida
- 7 o 14 noches de alojamiento en el mismo centro de yoga, según la opción escogida, en
- Manuales para estudio (en inglés)
- Pensión completa con alimentos ecológicos y orgánicos
- Refrescos durante el curso
- Agua filtrada
- Clases de yoga de lunes a sábado (6 días), según el programa indicado
- El alojamiento en habitación de uso individual con vistas al jardín
- Los traslados en vehículo privado
- Un seguro de asistencia durante todo el viaje

Este precio no incluye:

- Los vuelos internacionales entre España e India
- Opción de alojamiento con vistas al mar
- Las dietas, excepto las descritas en el itinerario
- Late Check-out y Early Check-in
- Bebidas y gastos personales
- Propinas y traslados de maletas
- Las tasas de salida del país si fuera el caso
- Seguro de cancelación (50€ aprox)
- Las tasas del visado (aproximadamente 25€)
- Los gastos de tramitación del visado (30 € si quieres que lo gestionemos nosotros)

Cómo formalizar tu reserva

Debes realizar una paga y señal de 500€ en uno de los números de cuenta que te indicamos, haciendo constar el nombre de la persona que va a viajar.

ES67 3025 0020 1114 0002 8685

- Contactaremos contigo para confirmar la recepción del pago y tu plaza en el viaje
- Cumplimenta la Ficha de Inscripción : www.terrakiaviatges.com/ficha-inscripcion/
- Envíanos una copia de tu pasaporte (debe tener una validez de como mínimo 6 meses)

Condiciones de cancelación

- Si decides no viajar y nos lo notificas antes de que se haya confirmado la salida del viaje, te devolveremos el importe de la reserva, pero tendrás un cargo de 100€ en concepto de gastos de gestión.
- Si anulas tu asistencia al viaje dentro de los 30 días antes de la salida del viaje la penalización será del 100% del importe abonado.
- En caso de que el billete de avión haya sido emitido en el momento en que decidas cancelar tu viaje, el reembolso del importe del mismo estará sujeto a las condiciones de cancelación que imponga la compañía aérea.

Notas importantes sobre el viaje

CONSIDERACIONES GENERALES

Existe la posibilidad que el programa del curso sufra variaciones en función de las decisiones de la escuela de Yoga.

ALOJAMIENTOS

Te alojarás en las instalaciones del centro de Yoga. Existen diferentes tipos de habitación. La opción reservada por defecto es la habitación doble, de uso individual con vistas al jardín. Hay la opción de alojarse en dormitorio compartido o en habitación con vistas al mar. Estas opciones harán modificar el precio final del viaje.



Viajes de Inmersión Cultural

CLIMA

El clima en Goa es tropical. La época de los monzones, lluvias torrenciales dura de julio a setiembre. Recomendamos viajar a Goa entre octubre y junio. El clima en esta época es seco y cálido. Parecido al verano en España. Los meses más calurosos son de abril a junio.

VUELOS

El vuelo no está incluido en el precio final del viaje.

Si lo deseas, nos encargaremos de la reserva de tus vuelos. Bloqueamos tus vuelos sin compromiso hasta la confirmación del viaje.

TRANSPORTES EN DESTINO

Se incluyen los traslados a y desde el aeropuerto.

VACUNAS

No existe ninguna vacuna obligatoria para viajar a la India.

Recomendamos visitar un centro de vacunación internacional donde los profesionales de la salud os asesorarán. En este enlace puedes consultar la lista de centros en España:

<http://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/sanidadExterior/salud/centrosvacu.htm>

SEGURIDAD

La situación política y social en India es segura y estable.

Podéis visitar la página de Recomendaciones al Viajero del Ministerio de Asuntos Exteriores:

<http://www.exteriores.gob.es/Portal/es/ServiciosAlCiudadano/SiViajasAlExtranjero/Paginas/RecomendacionesDeViaje.aspx>

DOCUMENTACIÓN

Para visitar India es necesario un visado que deberá ser emitido antes de viajar y solicitado por internet a través del siguiente enlace: <https://indianvisaonline.gov.in/evisa/tvoa.html>

Podemos realizar si quieres las gestiones de tramitación del visado.

Es necesario viajar con el pasaporte con una vigencia mínima de 6 meses. El viajero es responsable de llevar consigo toda la documentación necesaria para el viaje.

SEGURO DE VIAJE

Todos nuestros viajes llevan incluido un seguro de asistencia en viaje. Este seguro cubre gastos de asistencia sanitaria, transporte, accidentes, responsabilidad civil, etc. Estamos a tu disposición para ampliar las coberturas de tu seguro si lo consideras necesario.

Recomendamos contratar también un seguro de cancelación del viaje que cubra los gastos de anulación en caso de poder viajar por una causa mayor.



Viajes de Inmersión Cultural

COMENTARIOS ADICIONALES

La información contenida en esta ficha técnica o presupuesto de viaje que se te ha facilitado inicialmente, tiene carácter genérico y debe ser considerada como información provisional sobre el viaje. Tanto los detalles del itinerario como todas las informaciones contenidas en esta ficha técnica se elaboran con muchísima antelación por lo que, algunos detalles, pueden estar sujetos a modificaciones. En cualquier caso, todos los detalles quedarán perfectamente confirmados por escrito en el momento de formalizar tu reserva definitiva. Las actividades propuestas en este viaje pueden ser modificadas, sometidas a cambios de último momento, o canceladas por motivos ajenos a nuestra voluntad. Terrakia Viatges se reserva el derecho a modificar el guía acompañante en función de la disponibilidad del mismo. El mantenimiento del precio y del itinerario expresado en esta ficha técnica viene condicionado por la disponibilidad y coste de los servicios que lo componen en el momento en que el cliente nos solicite la reserva en firme, de tal manera que el precio definitivo o algún punto del itinerario puede variar hasta el momento que el cliente solicite la formalización de la reserva y reconfirmemos los servicios y su coste con los proveedores. Una vez efectuada la reserva en firme por el cliente, y confirmados los servicios y su precio por parte de la agencia, éste sólo podrá ser revisado hasta 20 días naturales antes de la fecha de salida en el caso que haya variaciones en el coste de los transportes (incluido el precio del carburante), en las tasas o impuestos referentes a determinados servicios (como los de aterrizaje, embarque o desembarque en puertos y aeropuertos) y en los tipos de cambio aplicados al viaje.



SI QUIERES MÁS INFORMACIÓN

Terrakia. Viajes de Inmersión Cultural.

T: 667 919 788

info@terrakiaviatges.com

C/ Estanislau Figueras 16, Juneda,. Lleida