

A person is shown from the back, performing a yoga pose (Urdhva Dhanurasana) with their hands clasped above their head and feet lifted. They are wearing white shorts. The background features a vast mountain range with prominent snow-capped peaks under a clear blue sky. Lush green trees are visible in the foreground and midground.

Nepal Himalaya Retreat



S KAT DYMÁKOVOU A JAKUBEM BLÁHOU
YOGA A TREK NEPÁLEM

1.5. - 12.5. 2026

NEPAL HIMALAYA RETREAT

DUCHOVNO

Nepál...

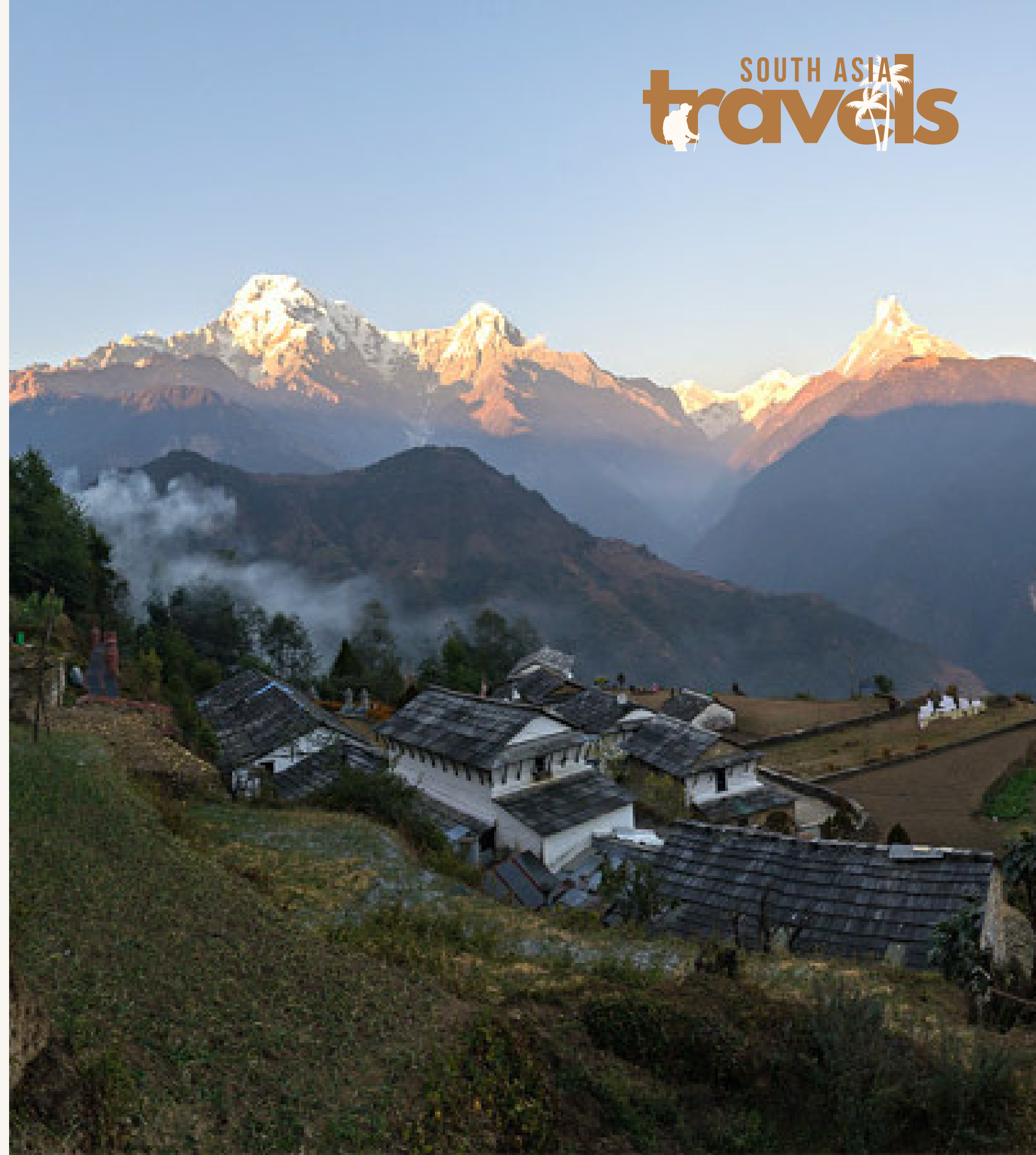
Země, kde se hory dotýkají nebe a čas se zpomaluje, aby vaše duše mohla slyšet svůj vlastní hlas.

Nepál je víc než jen Himálaje, je to rodiště Buddhy, země, kde se tradice jógy a meditace předávají po tisíciletí a kde ticho v sobě nese poselství.

Během této himálajské cesty zažijete jógu a trekking v horách a ponoříte se do klidu, do šepotu modlitebních vlajek a zároveň se spojíte s divokou, dechberoucí krásou Nepálu.

Ať už hledáte klid, dobrodružství nebo duchovní spojení, tato cesta nabízí prostor pro reset.

SOUTH ASIA
travels



NEPAL HIMALAYA RETREAT

OBECNÉ INFORMACE



1.5. - 12.5.

Tento pobyt je určen pro ty, kteří:

- rádi praktikují jógu (všechny úrovně vítány), nebo chtějí jógu vyzkoušet
- Cítí se voláni do přírody, hor a cestování
- Hledají dobrodružství i vnitřní klid
- Chtějí sdílet hluboké zážitky s uvědomělou komunitou



NEPAL HIMALAYA RETREAT

PROGRAM



DATUM	MÍSTO	ITINERÁŘ
1.5.	Let do Nepálu	Let do Káthmándú v Nepálu.
2.5.	Kathmandu	Přílet do Káthmándú. Transfer do hotelu a ubytování. Krátká procházka po Thamelu, obchodním centru Káthmándú, a Welcome dinner
3.5..	Kathmandu	Návštěva Patanu, jednoho ze starobylých království v údolí Káthmándú, po níž následuje osvěžující zvuková terapie. Pokračování k stúpě Boudhanath, jednomu z nejvýznamnějších buddhistických chrámů na světě. Pozdní oběd a transfer zpět do hotelu.
4.5.	Kathmandu – Pokhara – Dhampus	Ranní let do Pokhary a přejezd do horské vesničky Dhampus, kde začíná relaxace v přírodě a jóga v krásném resortu Nana Resort.

NEPAL HIMALAYA RETREAT

PROGRAM



DATUM	MÍSTO	ITINERÁŘ
4.5. – 8.5.	Nana Mountain Resort Dhampus	Příjezd do Nany. Ekologicky udržitelný resort ve vesnici Dhampus nabízí luxusní pohodlí a wellness. Ideální místo pro péči o sebe a pro praxi jógy, meditace a workshopů.
8.5. – 10.5.	Ghandruk – Tolkha – Dhampus	1. den – Cesta z Dhampusu do Sayuli Bazar (1,5 hodiny) a 3–4 hodinová cesta do Ghandruku, kde přenocujeme. 2. den – Po úsvitu slunce a po snídani se vydáme do vesničky Tolkha, cesta trvá přibližně 4 hodiny. 3. den – 4 hodinový trek do Dhampusu.
10.5.	Dhampus – Pokhara – Kathmandu	Vyzvednutí věcí a cesta na letiště a přelet do Kathmandu v pozdním odpolední nebo večer.
11.5. – 12.5.	Kathmandu	Prohlídka stúpy Svajambhunáth, náměstí Durbar (volitelné) s živou bohyní Kumari, nakupování a volný čas. Odlet 11.5. večer nebo 12.5. ráno dle letecké společnosti.

NEPAL HIMALAYA RETREAT

UBYTOVÁNÍ

Hotel Mila Káthmándú

Moderní hotel v tibetském stylu se nachází v Thamelu v srdci Káthmándú, kde najdete řadu restaurací, kaváren, místních uměleckých dílen a obchodů.

Stravování

Pokoje

Snídaně

**Double / Twin
Jednolůžkový pokoj nebo
rodinný pokoj na
vyžádání**



NEPAL HIMALAYA RETREAT TREK

Ghandruk – Tolkha – Dhampus

Lehký 3 denní trek a procházky nepálskou horskou krajinou. Výhledy na Annapurnu a Machhapuchhare. Přespání v roztomilých “čajových domech” a kontakt s místní kulturou.

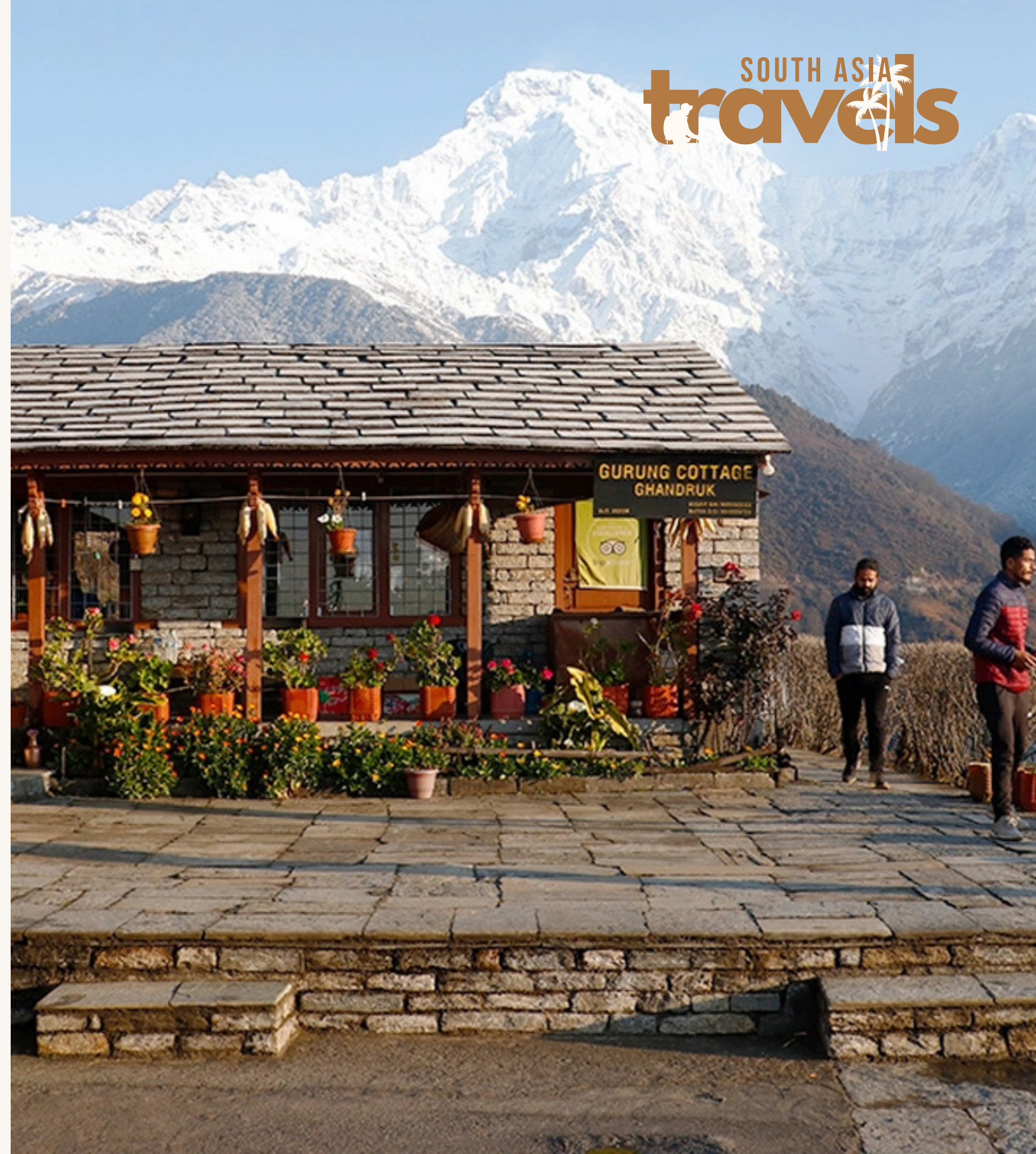
Stravování

Všechna jídla v ceně

Pokoje

**Double / Twin
Rodinný pokoj na
vyžádání**

SOUTH ASIA
travels



NEPAL HIMALAYA RETREAT

UBYTOVÁNÍ

Nana Mountain Resort

Nový ekologicky udržitelný wellness resort, otevřen v roce 2024. Nachází se ve vesnici Dhampus a nabízí klidný život, výhledy na hory, lesy a přírodu. Ideální místo pro mindfulness praxi a selfcare.

Stravování

**Snídaně + oběd nebo
večeře**

Typ pokoje

**Double / Twin
Jednolůžkový nebo
rodinný pokoj na
vyžádání**



SOUTH ASIA
travels

Kat Dymáková

Jsem certifikovanou lektorkou vinyasa, hatha a jin jógy. Výcviky jsem absolvovala v Indii, USA a České republice. Vedu veřejné i soukromé lekce, workshopy, online kurzy a pořádám jógové retreaty v Česku i v zahraničí. Ve své praxi propojuji tradiční jógové techniky s moderním přístupem k péči o tělo a mysl.

Na retreatu v Nepálu s budu s Vámi jako lead lektorka.

**IG: @kat_dymakova_yoga
@: katdymakovayoga@gmail.com**



NEPAL HIMALAYA RETREAT

TÝM

Jakub Bláha

Jsem zkušený průvodce, manažer zájezdů a lektor jógy, který strávil posledních deset let ponořováním se do kulturního a duchovního bohatství jižní Asie. Specializuji se na Indii a Nepál, kde jsem prozkoumal mnoho koutů tohoto regionu a mohl jsem vytvořit transformativní zážitky, které jdou nad rámec typického pobytového nebo poznávajícího zájezdu. Od roku 2024 jsem si jižní Asii zvolil za svou základnu – což mi umožňuje vést mnoho cest právě s vámi.

Spolu s Kat jsme vytvořily Himalájský retreat – pobyt, který propojuje jógu, trekking a duchovní objevování do jednoho nezapomenutelného dobrodružství.

IG: @jakubyogi @southasiatravels @: bl.jakub@gmail.com



Služby	Zahrnuto	Není zahrnuto
Balíček Nepal Himalaya Retreat	• dvoulůžkový pokoj s manželskou postelí nebo oddělenými postelemi • Jídelníček dle lokality – viz itinerář • všechny vnitrostátní přelety • Trekový balíček – 1x průvodce, 1x nosič zavazadel na 2 osoby, ubytování v tea houses, 3x jídlo denně, vstup na okruh Annapurna	• Zpáteční let do Nepálu (20 – 26 tisíc CZK) • 15denní vízum (30 USD) • Cestovní pojištění • Vstupné do památek a další výlety (volitelné) • jednodenní transfery s prohlídkou památek Káthmándú (záleží na velikosti skupiny – cca 20 USD na osobu) • vše, co není uvedeno v ceně

NEPAL HIMALAYA RETREAT

CENA



Nepal Himalaya Retreat	Early Bird cena do 30.11.2025	Cena po 30.11.2025
Dvoulůžkový pokoj s manželskou postelí / oddělenými postelemi Double / Twin	37 900 CZK	40 900 CZK
Jednolůžkový nebo rodinný pokoj k dispozici na vyžádání! Cena bude stanovena odpovídajícím způsobem.		

NEPAL HIMALAYA RETREAT

PLATEBNÍ SCHÉMA



Rezervační záloha	8 000 CZK
Platba 2 do 31.1.2026	50 % zbývajících částky
Platba 3 do 31.3.2026	zbývajících částka

OBCHODNÍ PODMÍNKY

Pro zajištění místa na retreatu je vyžadována záloha ve výši 8000 CZK (nebo ekvivalent v EUR).

Splátka ve výši 50 % zbývajících částky je splatná do 31.1.2026 a konečná platba musí být provedena do 31.3.2026. Po dohodě jsou možné různé platební možnosti (např. měsíční splátky).

Pokud se nemůžete zúčastnit cesty, můžete svou rezervaci převést na někoho jiného. V takových případech budete zodpovědní za zajištění převodu cesty a vyrozumění, že zbývajících platby provede vaše náhrada. V případě zrušení před 31.1.2026 bude vráceno 50 % zálohy. Po 31.1.2026 je záloha nevratná. Zbývajících platby provedené po 31.1.2026 budou vráceny (platba 2 a platba 3).

Cestovní pojištění je povinné pro všechny účastníky. Mělo by pokrývat: zrušení letu, nemoc nebo neočekávané zpoždění letu, neodkladnou lékařskou péči, ztrátu nebo krádež osobních věcí.

I když se během cesty snažíme dělat vše ve vašem zájmu, neneseme odpovědnost za narušení cesty nebo extra výdaje, které nemůžeme ovlivnit. Vyhraujeme si právo změnit ubytování na stejné úrovni nebo upravit itinerář, pokud nastanou nepředvídané okolnosti.

Jakmile obdržíme vaši zálohu, požádáme vás o fotku hlavní strany pasu, abychom mohli začít s rezervací.

Odesláním zálohy potvrzujete, že jste si přečetli tyto obchodní podmínky a souhlasíte s nimi.

NEPAL HIMALAYA RETREAT

PLATEBNÍ ÚDAJE



Držitel účtu	Jakub Bláha
Číslo účtu	1026280981/5500
Zpráva pro příjemce	Příjmení – rezervace/platba 2/platba 3

Deľujeme za váš záujem.
Prípade jakýchkoľvek dotazov
nás kontaktujte.
Uvidíme sa v Nepáli.