

A photograph of a papaya tree. At the top, a large cluster of green, unripe papayas hangs from the branches. The trunk of the tree is covered in a thick, textured, light-colored material, possibly a protective wrap or natural bark. A person's hands are visible on the right side, reaching towards a single papaya on the trunk that is partially ripened, showing orange and green colors. The background is a blurred green field of other papaya trees under a bright sky.

PURA VIDA

Gran Canaria, 24. - 29. 11. 2026

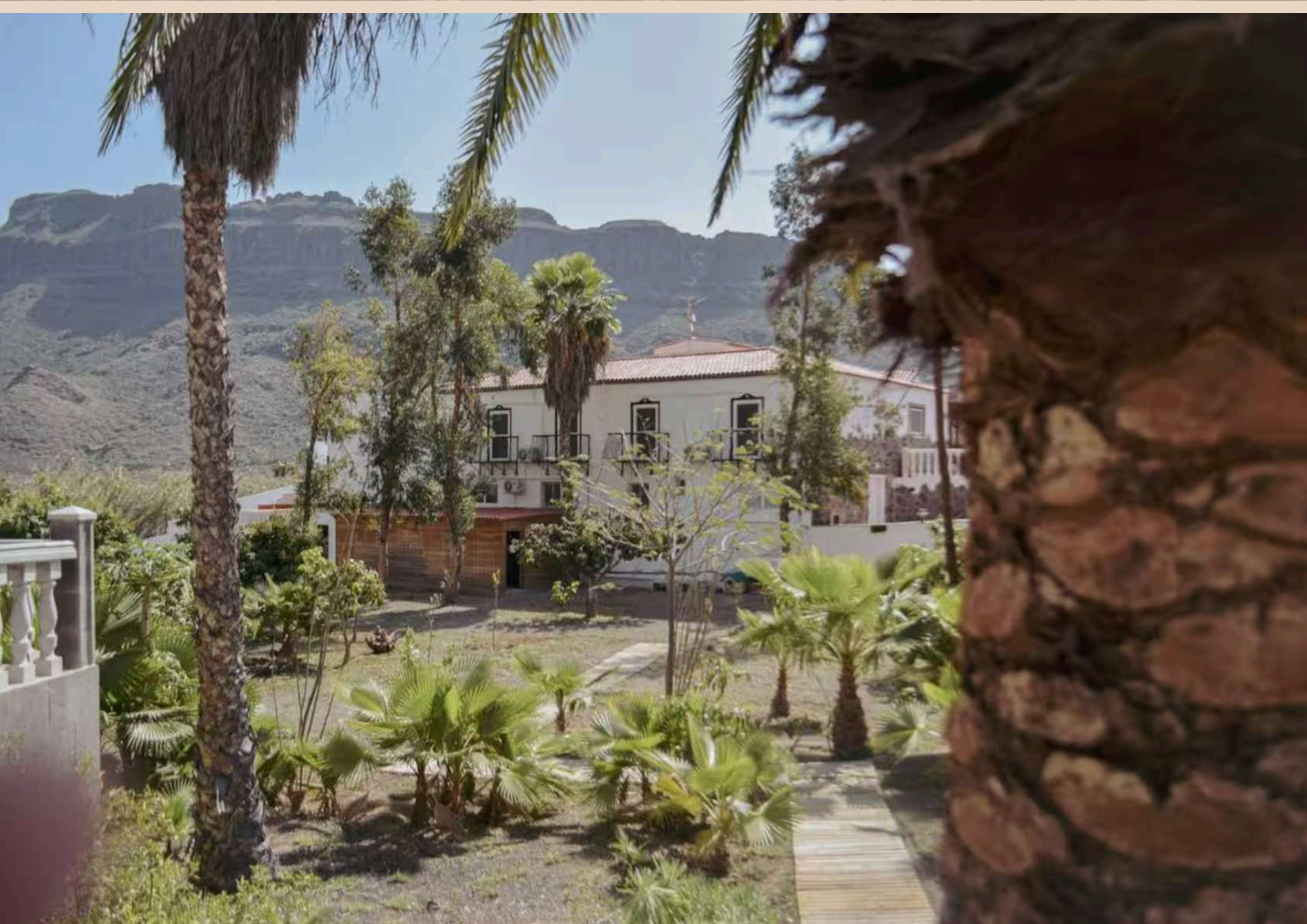
Draga ženska,

vabimo te na jesenski oddih v "laboratoriju" - tako marsikdo, ki je doživel Gran Canaria, reče otoku. El laboratorio. Tudi jaz, ki sem na otoku preživela dve leti, lahko potrdim, da je energija tam res posebna. Če to hočemo ali ne, nam odstre tiste plasti nas, ki zakrivajo naše bistvo. Preobrazba ni vedno najlažja, a je potrebna, če želimo zaživeti v čistosti in v stiku s svojo resnico, svojo žensko esenco, ki je tolikokrat zakopana pod kupom lažnih vrednot in opravič hitrega sveta.

Ta oddih se je rodil spontano, v srcih žensk, ki pogumno živijo in ustvarjajo v laboratoriju.

Vse sodelujoče so moje prijateljice, ki so s svojim delom in srčnostjo tako ali drugače prispevale k mojemu razvoju.

To je naše vabilo tebi, da se z nami nastaviš soncu in mogočni energiji otoka, in da se (vsaj za nekaj dni) predaš čistemu in preprostemu življenju.



Kaj lahko pričakuješ?

Vsakodnevne embodiment prakse

Dve Kundalini Bodywork seansi

Dve plesni delavnici

Ceremonijo s kakavom

Tri lokalne rastlinske obroke/ dan

Veliko prostega časa za poležavanje ob bazenu
ali raziskovanje otoka

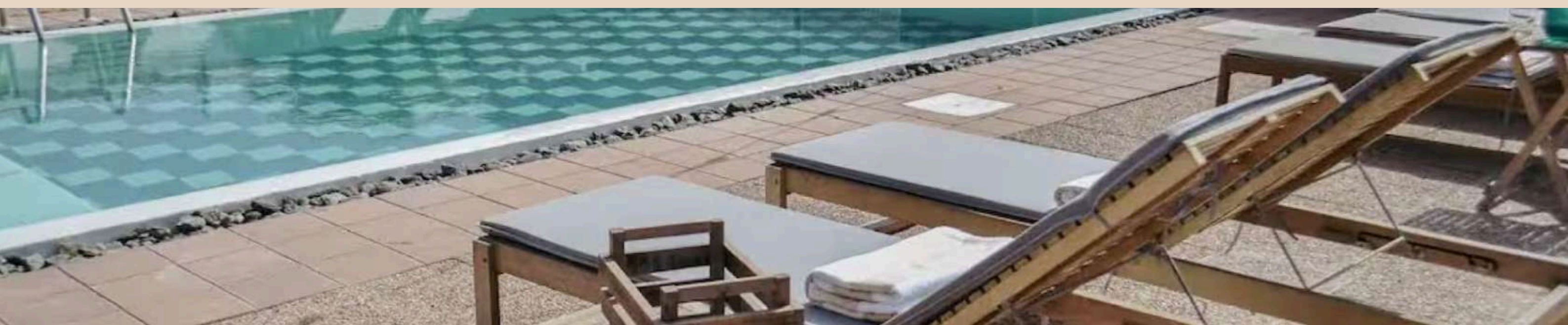


Ideja

Če sem čisto iskrena, se je ideja o oddihu rodila na plaži, ko sva novembra lani s prijateljico Tracy obujali spomine in klepatali o tem, kaj vse nama je dal otok in ljudje, ki naju tam obkrožajo. “Želim si, da bi imelo več žensk tak privilegij kot midve”, sem rekla, in takrat je Tracy (s svojo “cheerleader” energijo) dobesedno poskočila in z navdušenim piskajočim glasom rekla, naj na otok povabim ženske!!! (klicaji ponazarjajo njeno vzhičenost).

Jaz sem v svoji (veliko bolj prizemljeni) energiji njeno idejo dolgo premlevala, nato pa se odločila, da ji damo priložnost, da zaživi.

Tukaj je torej cheerleader zamisel v akciji: oddih na zelo posebnem kraju, med navdihujočimi ljudmi in pod toplim novembrskim soncem.



Kdo bo s tabo?



Saška

Saška je zdravnica, ki zadnja leta namesto s farmakologijo zdravi z akupunkturo in energijskimi praksami.

Za doseganje ravnovesja v telesu in umu tudi sama raje posega po iglicah, mantrah, gibanju, glasbi in naravi.

Zadnje leto in pol se intenzivno ukvarja s Kundalini Bodyworkom (KB). V tej praksi je našla izjemno orodje za osvobajanje telesa in duha od omejujočih miselnih vzorcev in čustvenih blokad. Skozi lastno KB prakso izkuša, da življenje deluje za nas, kadar se odpremo vesolju in neskončnemu obilju, ki nam ga ponuja.

Na oddihu bo Saška vodila dve KB seansi, cilj katerih bo začutiti več živosti in lepote, ki sta prisotni znotraj nas in v svetu okoli nas.



Miisa

Miisa vodi somatsko jogo in gibanje, ki se rojeva znotraj telesa. Vabi nas, da se potopimo v svoje telo in prisluhnemo modrosti, ki je že prisotna v vas.

Njen pristop je globoko povezan z naravo, telo pa razume kot most med zemljo in nebom – s tem odpira globlji odnos ne le do nas samih, temveč tudi do širše mreže življenja.

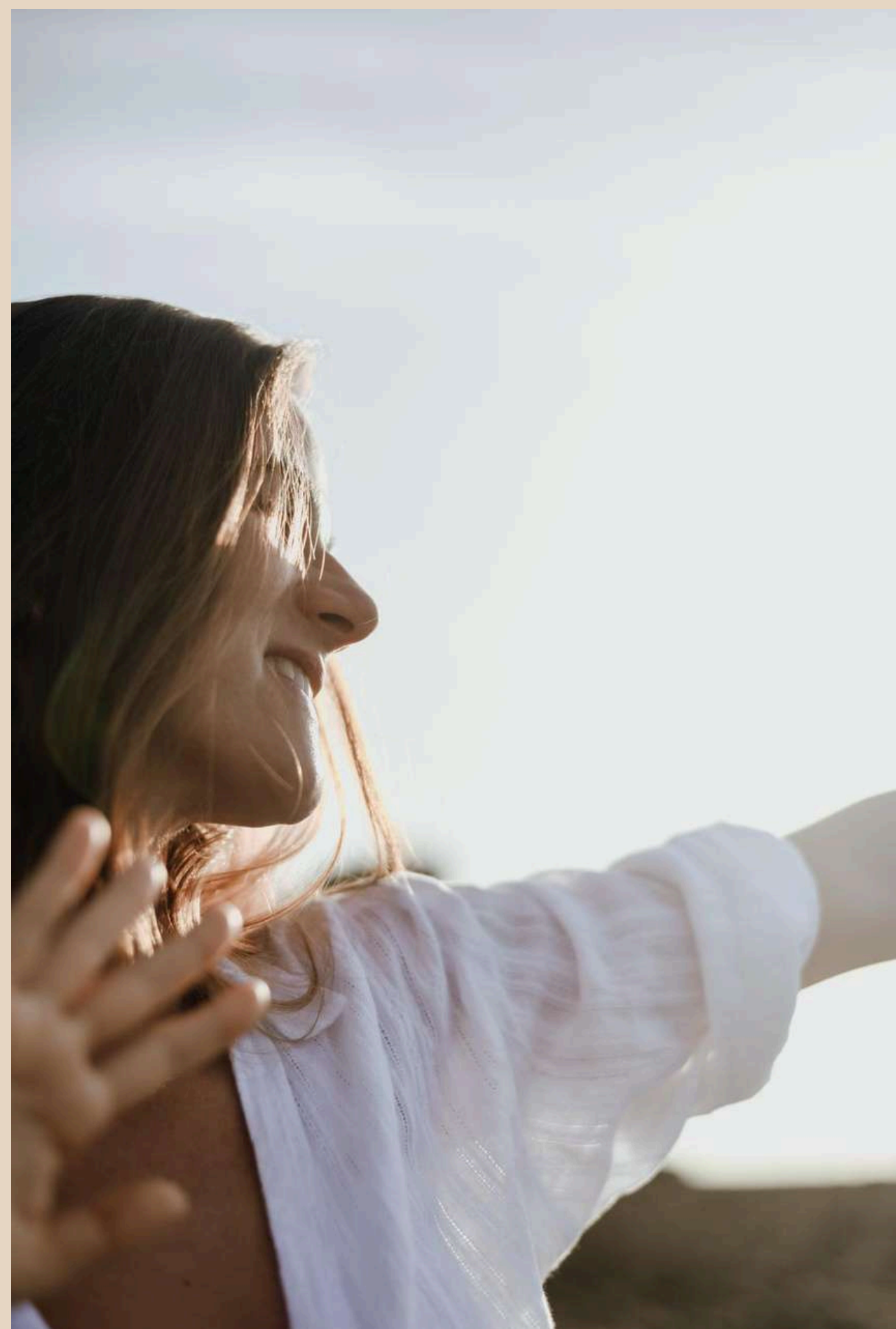
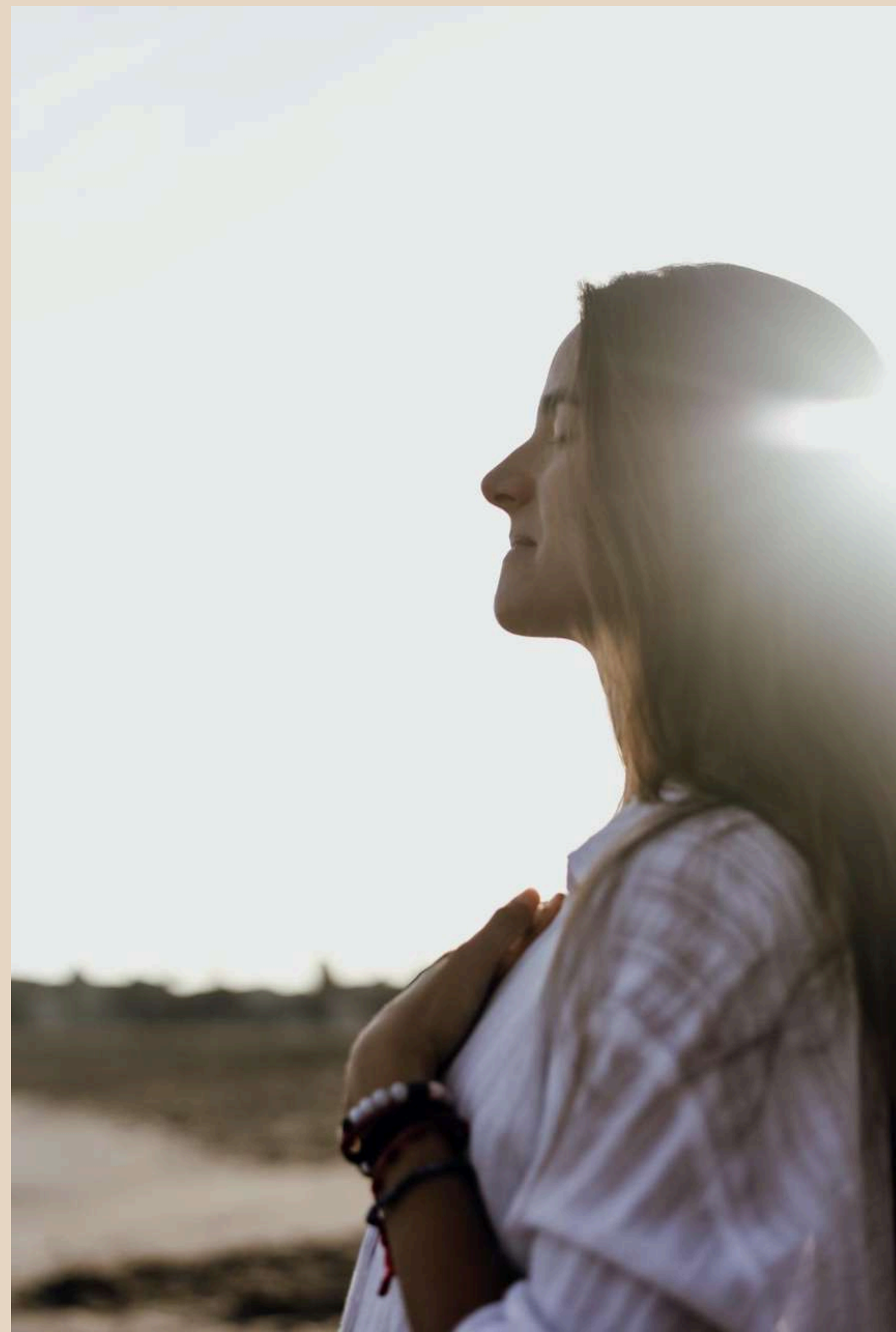
Na oddihu bo Miisa vodila vsakodnevno prakso utelešenega gibanja (embodied movement), v katerih se bosta prepletali prizemljenost in igrivost. Skozi prakse se bomo počasi odpirali bolj organskim načinom gibanja, sledili lastnemu ritmu in raziskovali, kaj je resnično tukaj, prisotno v trenutku.



Tracy

Tracy ustvarja okolja, v katerih se ljudje lahko zmehčajo in se vrnejo k svojemu bistvu. Je predana raziskovalka duhovnosti z naravno sposobnostjo povezovanja ljudi, ki druge podpira pri poglobljanju stika tako s sabo kot tudi z ljudmi okoli sebe. Tracy je facilitatorica družinskih postavitev, zato njeno delo temelji na razumevanju darov, ki jih nosimo v sebi, in nevidnih vezi, ki jih tkemo z drugimi.

Na oddihu bo Tracy vodila kakavovo ceremonijo, ki nas bo povabila k postavljanju nežnih namer in pripravila na globlje notranje potovanje. To se bo nato prelilo v plesno izkušnjo, kjer bo telo svobodno vodilo, se izražalo in integriralo vse, kar je pripravljeno, da pride na površje.



Emilie

Emilie črpa iz svoje življenjske strasti do plesa in glasbe ter spodbuja ljudi, da skozi avtentično gibanje čutijo, raziskujejo in sproščajo čustva. Z raznolikim ozadjem, ki sega od hip hopa do baleta, je vodila plesne tečaje v Španiji ter facilitirala “embodiment” plesne izkušnje na Baliu.

Na Holistic Healing College v Londonu je postala certificirana “spiritual coachinja”. S svojo intuitivno sposobnostjo kanaliziranja informacij ter znanjem astrologije, Human Designa in numerologije pomaga drugim do večje jasnosti in osebnega razvoja.

Na oddihu bo vodila plesno popotovanje po kakavovi ceremoniji.

Vodila bo tudi “embodied” plesno delavnico, katere cilj bo najti usklajenost med umom, telesom in srcem.



Bea

Bea je strastna francoska kuharica, predana povezovanju ljudi skozi inovativno, okusno in trajnostno rastlinsko kulinariko. V Parizu je diplomirala iz živilskega inženirstva in se izobraževala v kuharski šoli Ferrandi. Delala je na področju razvoja trajnostne prehrane. Odkar živi na Gran Canarii, je svoji strokovni plati dodala še več kreativnosti. V svojih kuharskih delavnicah in s cateringom ustvarja kulinarčne izkušnje, ki ljudi povezujejo ob hrani. Še posebej pri srcu ji je priprava hrane na oddihih.

Bea bo za nas vsak dan pripravila tri rastlinske obroke, polne barv in okusnih hranil.





Finca

Naš dom za čas oddiha bo luksuzna eko vila (špansko "finca") na južnejšem delu otoka, kjer je sončno in toplo vreme skoraj zagotovljeno.

Finca je umeščena v mirno okolje in nudi čisto zasebnost.

Popoln prostor za to, da upočasnimo, globoko zadihamo in začutimo stik z naravo.

Posestvo ponuja številne zunanje terase, senčne pergole in miren bazenski kotiček z ležalniki, krasen za sprostitev med programom ali mirne trenutke ob pogledu na okoliške hribe.

Naravni materiali in tradicionalna arhitektura ustvarjajo toplo, prizemljeno vzdušje.





Sobe

Sobe so svetle in prostorne, za dve osebi (z eno dvojno ali dvema ločenima posteljama).

Vsaka soba ima svojo kopalnico in je opremljena s klimo.





Cena

Cena oddiha, ki zajema program, nastanitev (5 nočitev) in hrano (3 dnevne obroke: lahek zajtrk, brunch in večerjo), je

990 eur za zgodnjo prijavo do 31. 5. oz. za prvih 6 prijav.

1040 eur za prijavo med 31. 5. in 30. 6.

Cena ne vključuje transporta do lokacije (na izbrane datume leti Ryanair z Dunaja, ob petkih pa airBaltic iz Ljubljane).

Vključeno v ceno ni turistično zavarovanje in aktivnosti izven programa.

Ob prijavi se poravna depozit 300 eur, ki ni vračljiv, razen v primeru odpovedi z naše strani.

Drugi obrok se poravna najkasneje do 31. 9.

Tretji obrok oz. strošek nastanitve se poravna na licu mesta v gotovini.

Podrobnosti

Trajanje oddiha: od torka, 24. 11. ob 16:00 do nedelje, 29. 11. ob 11:00.

Oddih se bo izvedel ob najmanj devetih prijavah, maksimalno število mest je 10. Prijave zbiramo do 30. 6., zgodnja (ugodnejša) prijava je možna do 31. 5.

Pravočasno pred odhodom bomo ustvarile skupino, kjer se boste lahko dogovorile za skupni prevoz do letališča.

Oddih bo vsaj delno izveden v angleščini (zaželeno je razumevanje, govorjenje ni nujno).

Če se bosta prijavili dve prijateljici, vaju morda bomo prosili, da zasedeta sobo z eno veliko posteljo.

Če ne boste prinesle svoje podloge za vadbo, lahko organiziramo brezplačno izposajo, vendar je možno, da kakovost podloge ne bo takšna, kot ste je vajene.

Prijava

Za prijavo mi pošlji mail na hello@studio-528.com.

Prav tako mi lahko pišeš za morebitna dodatna vprašanja, ali me pokličeš na 040 359 345.

Veselimo se te.

