

izumrudnyles.cosmosgroup.ru

cosmos
COLLECTION
IZUMRUDNY LES HOTEL

ИЗУМРУДНЫЙ ДЗЕН

ПРОГРАММЫ, НАПРАВЛЕННЫЕ
НА ГАРМОНИЗАЦИЮ ТЕЛА И ДУХА

УВАЖАЕМЫЙ ГОСТЬ!

COSMOS COLLECTION IZUMRUDNY LES HOTEL РАД ПРЕДСТАВИТЬ
АВТОРСКИЕ ПРОГРАММЫ «ИЗУМРУДНЫЙ ДЗЕН».

«ИЗУМРУДНЫЙ ДЗЕН» — ЭТО УНИКАЛЬНАЯ КОЛЛЕКЦИЯ ПРАКТИК,
СОЗДАННАЯ ДЛЯ ТЕХ, КТО СТРЕМИТСЯ К ГАРМОНИИ И ВНУТРЕННЕМУ
СПОКОЙствию в НАШЕМ БЫСТРО МЕНЯЮЩЕМСЯ МИРЕ. ПРОГРАММА
ОБЪЕДИНЯЕТ ТЕХНИКИ ЙОГИ, МЕДИТАЦИИ И ОСОЗНАННОСТИ,
ПОЗВОЛЯЯ ВАМ ГЛУБЖЕ ПОНЯТЬ СЕБЯ И НАЛАДИТЬ СВЯЗЬ
С ОКРУЖАЮЩИМ МИРОМ.

В ОКРУЖЕНИИ ЖИВОПИСНОЙ ПРИРОДЫ И УЮТА НАШЕГО ОТЕЛЯ
РОЖДАЕТСЯ ОСОБАЯ АТМОСФЕРА ДЛЯ САМОПОЗНАНИЯ, ВНУТРЕННЕГО
РОСТА И ГАРМОНИИ С СОБОЙ.

МЫ ПРИГЛАШАЕМ ВАС ОСТАВИТЬ ВСЕ ЗАБОТЫ ЗА ПРЕДЕЛАМИ ЭТОГО
ПРОСТРАНСТВА И ОТКРЫТЬ СЕРДЦЕ НОВОМУ ОПЫТУ.



ИЗУМРУДНЫЙ ДЗЕН

Стоимость программы
от 85 000 РУБЛЕЙ,
от 1 до 3 гостей

Наполните вашу жизнь глубокими звуковыми вибрациями, которые помогут достичь еще большего уровня релаксации и гармонии.

1-Й ДЕНЬ

- 18:00** ЗНАКОМСТВО С ПРОГРАММОЙ
- 18:30** СИНХРОННАЯ ГОНГ-МЕДИТАЦИЯ С ТИБЕТСКИМИ ПОЮЩИМИ ЧАШАМИ
- 19:30** ПРАКТИКА ЙОГА-НИДРА ДЛЯ ГЛУБОКОГО РАССЛАБЛЕНИЯ ПЕРЕД СНОМ

3-Й ДЕНЬ

- 08:00** УТРЕННЯЯ ПРАКТИКА ЙОГИ И ДЫХАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ
- 09:30** ГВОЗДЯНАЯ ДОРОЖКА ДЛЯ ЗАВЕРШЕНИЯ ПРОГРАММЫ И ЗАКРЕПЛЕНИЯ ДОСТИГНУТЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ
- 11:00** *ГОНГ-МЕДИТАЦИЯ С ТИБЕТСКИМИ ПОЮЩИМИ ЧАШАМИ*

2-Й ДЕНЬ

- 09:00** УТРЕННЯЯ ПРАКТИКА ЙОГИ И ДЫХАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ
- 10:30** СИНХРОННАЯ ГОНГ-МЕДИТАЦИЯ С ТИБЕТСКИМИ ПОЮЩИМИ ЧАШАМИ
- 12:00** МАСТЕР-КЛАСС ПО ЧАЙНОЙ ЦЕРЕМОНИИ
- 13:30** ЙОГА
- 15:00** ГВОЗДЕСТОЯНИЕ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ ДУХА И ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРАХА
- 16:30** МЕДИТАЦИЯ

Тайминг выстраивается индивидуально.

Отель оставляет за собой право изменять цены



ИЗУМРУДНЫЙ ДЗЕН «ГАРМОНИЯ»

Стоимость программы
от 200 000 РУБЛЕЙ,
от 1 до 3 гостей

ПРОГРАММА СОЗДАНА СПЕЦИАЛЬНО ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ВЫ СМОГЛИ ПОЛНОСТЬЮ ОТДОХНУТЬ, ВОССТАНОВИТЬ СИЛЫ И ВЕРНУТЬСЯ В ГОРОД С НОВЫМ ЗАПАСОМ ЭНЕРГИИ И ВДОХНОВЕНИЯ. ВАШ КОМФОРТ И УДОВЛЕТВОРЕНИЕ – НАШ ГЛАВНЫЙ ПРИОРИТЕТ.

1-Й ДЕНЬ

- 18:00** ЗНАКОМСТВО С ПРОГРАММОЙ, ЧАЙНАЯ ЦЕРЕМОНИЯ С АЛТАЙСКИМИ ТРАВАМИ
- 19:00** *ГОНГ-МЕДИТАЦИЯ С ТИБЕТСКИМИ ПОЮЩИМИ ЧАШАМИ И НЕПАЛЬСКИМИ БЛАГОВОНИЯМИ*
- 20:00** ПРАКТИКА ЙОГА-НИДРА ДЛЯ ГЛУБОКОГО РАССЛАБЛЕНИЯ ПЕРЕД СНОМ

3-Й ДЕНЬ

- 08:00** УТРЕННЯЯ ПРАКТИКА ЙОГИ И ДЫХАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ
- 10:00** ЗАВТРАК
- 11:30** ГВОЗДЯНАЯ ДОРОЖКА ДЛЯ ЗАВЕРШЕНИЯ ПРОГРАММЫ И ЗАКРЕПЛЕНИЯ ДОСТИГНУТЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ
- 13:00** ЧАЙНАЯ ЦЕРЕМОНИЯ
- 14:00** ЗАВЕРШЕНИЕ ПРОГРАММЫ И ВРУЧЕНИЕ ПАМЯТНЫХ ПОДАРКОВ

2-Й ДЕНЬ

- 07:00** ПРОБУЖДЕНИЕ С УТРЕННЕЙ ЙОГОЙ И ДЫХАТЕЛЬНЫМИ ПРАКТИКАМИ
- 9:00** ЗАВТРАК ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ И СМУЗИ
- 10:30** ГВОЗДЕСТОЯНИЕ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ ДУХА И ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРАХА
- 13:00** ГОНГ-МЕДИТАЦИЯ
- 16:00** ТИБЕТСКИЕ ПОЮЩИЕ ЧАШИ ДЛЯ ГЛУБОКОЙ РЕЛАКСАЦИИ И ВОССТАНОВЛЕНИЯ ЭНЕРГИИ
- 18:00** ВЕЧЕРНЯЯ ЙОГА И МЕДИТАЦИЯ

Тайминг выстраивается индивидуально.

Отель оставляет за собой право изменять цены



ИЗУМРУДНЫЙ ДЗЕН «ОАЗИС СПОКОЙСТВИЯ»

Стоимость программы
от 250 000 РУБЛЕЙ,
от 1 до 4 гостей

ПРОГРАММА ИДЕАЛЬНО ПОДХОДИТ ДЛЯ ТЕХ, КТО ХОЧЕТ ПРОВЕСТИ ВЫХОДНЫЕ В АТМОСФЕРЕ АБСОЛЮТНОГО СПОКОЙСТВИЯ И ГАРМОНИИ С ПРИРОДОЙ. МЫ УВЕРЕНЫ, ЧТО ПРАКТИКА ОСТАВИТ У ВАС НЕЗАБЫВАЕМЫЕ ВПЕЧАТЛЕНИЯ И ПОМОЖЕТ ОБРЕСТИ ВНУТРЕННИЙ ПОКОЙ.

1-Й ДЕНЬ

- 17:00** ЗНАКОМСТВО С ПРОГРАММОЙ
- 18:00** МЕДИТАЦИЯ С ТИБЕТСКИМИ ПОЮЩИМИ
 ЧАШАМИ И ГОНГ-МЕДИТАЦИЯ
 ДЛЯ НАСТРОЙКИ НА ВЫХОДНЫЕ
- 20:00** ПРАКТИКА ЙОГА-НИДРА ДЛЯ ГЛУБОКОГО
 РАССЛАБЛЕНИЯ ПЕРЕД СНОМ

3-Й ДЕНЬ

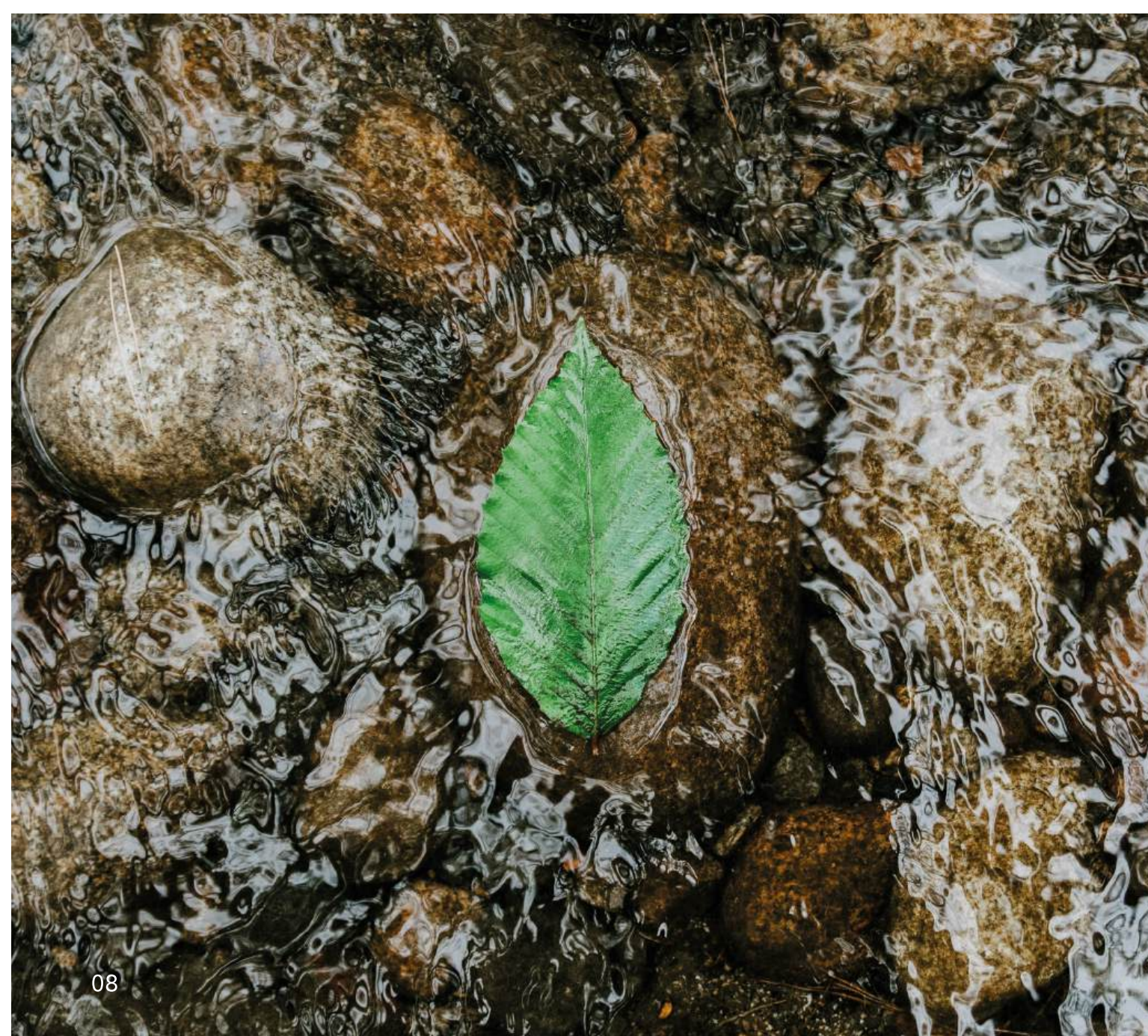
- 08:00** УТРЕННЯЯ ПРАКТИКА ЙОГИ
 И ДЫХАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ
- 10:00** ЗАВТРАК
- 11:30** ГВОЗДЕСТОЯНИЕ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ ДУХА
 И ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРАХА
- 13:00** МЕДИТАЦИЯ И ПАМЯТНЫЕ ПОДАРКИ

2-Й ДЕНЬ

- 07:30** УТРЕННЯЯ ПРОБЕЖКА/СКАНДИНАВСКАЯ
 ХОДЬБА ПО ЭКО-ТРОПЕ ИЛИ ПРОГУЛКИ
 ПО ОТЕЛЮ С ПРАКТИКОЙ ЙОГИ
 НА БЕРЕГУ ОЗЕРА
- 9:00** ЗАВТРАК
- 10:30** ГОНГ-МЕДИТАЦИЯ
- 12:00** ЧАЙНАЯ ЦЕРЕМОНИЯ
- 15:00** ЙОГА
- 19:00** ГОНГ-МЕДИТАЦИЯ

ТАЙМИНГ ВЫСТРАИВАЕТСЯ
ИНДИВИДУАЛЬНО.

ОТЕЛЬ ОСТАВЛЯЕТ ЗА СОБОЙ
ПРАВО ИЗМЕНЯТЬ ЦЕНЫ



ДЕНЬ ПУТЕШЕСТВИЯ К БАЛАНСУ

Стоимость программы
от 55 000 РУБЛЕЙ,
от 1 до 3 гостей

ПРОГРАММА ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ ЗАНЯТИЯ ЙОГОЙ И МЕДИТАЦИЕЙ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ ДОСТИЧЬ ВНУТРЕННЕГО СПОКОЙСТВИЯ И ГАРМОНИИ, А ТАКЖЕ ПРАКТИКУ ГВОЗДЕХОЖДЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ СИЛЫ ВОЛИ И УВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ. ПОГРУЗИТЕСЬ В ТАКОЕ УМИРОТВОРЕНИЕ, КОТОРОЕ СОЗДАСТ ИДЕАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ И САМОПОЗНАНИЯ.

1-Й ДЕНЬ

18:00 ЗНАКОМСТВО С ПРОГРАММОЙ

20:00 ЙОГА-НИДРА ПОД ЗВУКИ ГОНГА
И ТИБЕТСКИХ ЧАШ

2-Й ДЕНЬ

09:00 КОМПЛЕКС ИЗ ЙОГИ С ДЫХАТЕЛЬНЫМИ
ПРАКТИКАМИ, МЕДИТАЦИЕЙ И
ШАВАСАНОЙ ПОД ЗВУКИ ТИБЕТСКИХ ЧАШ

12:00 ЧАЙНАЯ ЦЕРЕМОНИЯ

14:00 ГВОЗДЕХОЖДЕНИЕ

18:00 ГОНГ-МЕДИТАЦИЯ С ТИБЕТСКИМИ
ЧАШАМИ И БЛАГОВОНИЯМИ

ТАЙМИНГ ВЫСТРАИВАЕТСЯ
ИНДИВИДУАЛЬНО

ОТЕЛЬ ОСТАВЛЯЕТ ЗА СОБОЙ
ПРАВО ИЗМЕНЯТЬ ЦЕНЫ



COSMOS COLLECTION IZUMRUDNY LES HOTEL

Московская область, г.о. Клин

GPS координаты: 56.130862,36.504313

RECEPTION.IZM@COSMOSCOLLECTION.RU

+7 (495) 402-02-02

|IZUMRUDNYLES.COSMOSGROUP.RU