



Grup Wellness - Ubud & Bali Sud, Indonezia, 11 zile - mai 2027

Indonezia

Descriere Grup Wellness - Ubud & Bali Sud, Indonezia, 11 zile - mai 2027

Program

Ziua 1

Plecare Bucuresti

Ziua 2

Sosire Ubud

Transfer privat de grup aeroport Bali - hotel Ubud - La sosire pe aeroportul din Bali vei fi intampinat de reprezentantul local si transferat la hotel in Ubud.

Ziua 3

Ubud

Sesiune Pranayama dimineata - Cand incepi dimineata cu pranayama, simti cum aerul curat iti patrunde in fiecare celula. Inspiri energie, expiri tensiune. Te conectezi cu forta ta interioara si cu ritmul naturii. Fiecare respiratie devine o ancora in prezent. Simti cum mintea se limpezeste si corpul capata vitalitate. Inveti sa controlezi fluxul respiratiei ca sa iti echilibrezi emotiile. Pranayama este ca o resetare a intregului tau sistem. Este un ritual simplu, dar extrem de puternic. Dupa cateva minute, te simti mai usor, mai clar si mai prezent. Este modul tau de a incepe ziua cu energie pura si pace interioara.

Tur Jatiluwih & Ulun Danu - Astazi vei pleca spre nord, pana la Jatiluwih unde vei admira spectaculoasele peisaje de aici si terasele de orez. Vei vizita apoi Templul Ulun Danu - templu hindus, situat pe un promontoriu al Lacului Beratan, intr-un decor de legenda, care i-a creat aura de templu magic. Acest loc a fost folosit pentru ritualuri sacre inca din era megalitica, descoperirile arhelologice scotand la iveala artefacte din anul 500 i.H. Tradus din balineza, numele sau ar insemna "zeita apelor", templul fiind construit pentru slavirea zeitei Danu in 1556.

Ziua 4

Ubud

Ritual de purificare la Templul Pura Tirta Empul - Traieste o experienta spirituala unica printr-un ritual de purificare la Tirta Empul, Tampaksiring, alaturi de un preot balinez. In apele sacre ale templelor, vei participa la o ceremonie traditionala menita sa aduca echilibru, claritate si energie pozitiva. Este una dintre cele mai autentice modalitati de a te conecta cu cultura si spiritualitatea insulei Bali.

Sesiune de meditatie ghidata - Te asezi in mijlocul naturii si inchizi ochii. Ghidul te conduce cu voce calma intr-o calatorie interioara. Asculti foşnetul frunzelor si sunetul pasarilor tropicale. Respiri adanc si lasi grijile sa se dizolve.

Simti pamantul sub tine si energia lui iti hraneste corpul. Natura devine templul tau, iar linistea se transforma in aliatul tau. Fiecare cuvânt ghidat te aduce mai aproape de tine. Este un moment de reconectare profunda si de claritate. Te ridici din meditatie cu o stare de pace care te insoteste toata ziua. Ai senzatia ca natura ti-a soptit raspunsurile de care aveai nevoie.

Vizita plantatie de cafea Luwak - Descopera aromele exotice din Bali printr-o vizita la o plantatie de cafea Luwak din Ubud. Aici vei afla secretele cultivarii si procesarii uneia dintre cele mai rare si apreciate cafele din lume. Experienta se incheie cu degustarea unei cesti de cafea Luwak, savurata intr-un cadru natural spectaculos.

Vizita Bali Swing - In cadrul acestui tur vei merge in faimoasa locatie din Ubud, numita "The Swing", unde vei avea ocazia sa surprinzi momente de neuitat in leagane ce dau impresia ca plutesti deasupra pamantului.

Show Palatul Ubud - Vei participa la un spectacol cultural autentic la Palatul Ubud, unde dansatorii balinezi, imbracati in costume traditionale, dau viata legendelor locale prin miscari pline de gratie si muzica gamelan. Atmosfera palatului, iluminat seara, adauga un farmec aparte acestei experiente artistice. Show-ul de dans din Ubud este una dintre cele mai apreciate atractii culturale din Bali si o modalitate ideala de a descoperi frumusetea traditiilor insulei.

Ziua 5

Ubud

Sesiune de Soft Yoga in natura - Dimineata, cand soarele abia se ridica, practici yoga blanda. Miscari fluide, respiratii calme, posturi simple. Nu conteaza experienta ta, ci prezenta in fiecare gest. Corpul tau se intinde, se destinde si se elibereaza. Simti cum tensiunea dispare si energia curge liber. Natura devine sala ta de yoga si iti amplifica starea de bine. Pasarile canta, iar frunzele danseaza in vant ca o muzica de fundal. Soft Yoga te face sa iti incepi ziua relaxat si centrat. Este un ritual de frumusetate interioara si echilibru. La final, te simti pregatit sa primești tot ce urmeaza.

Atelier de mindfulness - In atelierul de mindfulness inveti sa fii prezent. Fara graba, fara judecata, doar cu atentie deplina. Respiri constient si observi gandurile fara sa te agati de ele. Descoperi exercitii simple care iti schimba perspectiva. Scrisul in jurnal devine o forma de terapie si introspectie. Simti cum fiecare cuvânt asezat pe hartie iti limpezeste mintea. Esti ghidat sa iti observi emotiile si sa le accepti. Atelierul devine un spatiu sigur in care te intalnesti cu tine. La final, pleci cu claritate si pace interioara. Mindfulness-ul iti aduce un fel de lux invizibil: linistea.

Vizita sat traditional balinez - Vei porni intr-o excursie autentica in satul balinez, unde vei descoperi viata traditionala a localnicilor. Vei vedea activitati agricole specifice, iar dupa ce vei primi echipamentul necesar – palaria de taran si sapa – vei face o plimbare printre terasele de orez si vei participa la procesul de cultivare si plantare a orezului. Experienta continua cu demonstratia fascinanta a localnicilor, care culeg nucile de cocos in cel mai natural si primitiv mod. Aceasta activitate ofera o ocazie unica de a trai spiritul autentic al Bali-ului rural.

Pranz traditional Balinez - Bucura-te de o pauza cu pranz traditional balinez, pregatit intr-un cadru autentic. Experienta include o demonstratie culinara in bucataria traditionala, unde vei vedea cum se fierbe maniocul, unul dintre alimentele de baza din Bali. Este o ocazie perfecta de a savura preparate locale si de a intelege mai bine cultura gastronomică a insulei.

Vizita gospodarie balineza - Descopera traditiile autentice ale insulei printr-o vizita la o gospodarie balineza, unde vei afla mai multe despre viata de zi cu zi a localnicilor. Gazdele iti vor arata pas cu pas cum se realizeaza ofrandele balineze – mici creatii din frunze de palmier, flori si orez – folosite in ritualurile zilnice dedicate spiritelor si zeilor. Este o experienta culturala unica, ce iti ofera ocazia sa intelegi mai bine spiritualitatea si armonia din Bali.

Vizita fabrica de ciocolata Junglegold - Descopera aromele exotice din Bali printr-o vizita la Junglegold Chocolate Factory

din Ubud, una dintre cele mai sustenabile fabrici de ciocolata din lume. Aici vei afla procesul complet de productie, de la boabele de cacao cultivate local pana la tableta de ciocolata fina. Vei putea observa tehnici traditionale si moderne de prelucrare, dar si modul in care comunitatea locala este implicata in productia eco-friendly. Experienta este completata de o degustare delicioasa de ciocolata artizanală, cu sortimente diverse si arome exotice. Vizita la Junglegold este perfecta atat pentru pasionatii de gastronomie, cat si pentru cei care cauta experiente autentice in Bali.

Ziua 6

Ubud

Sesiune de Sun Salutation - Cand soarele rasare, practici Salutul Soarelui. Corpul tau se misca fluid in ritmul respiratiei. Fiecare postura iti aduce claritate si energie. Este un dans sacru intre tine si lumina zilei. Simti cum corpul se incalzeste si mintea se deschide. Fiecare inspiratie aduce vitalitate, fiecare expiratie aduce recunostinta. Este o practica de yoga accesibila si transformatoare. La final, simti ca ai salutat viata insasi. Este modul tau de a incepe ziua cu bucurie si putere. Salutul Soarelui iti ofera o energie care te insoteste intreaga zi.

Sesiune Spa Ubud - Vei avea la dispozitie o ora dedicata relaxarii totale la un SPA, intr-un cadru linistit si elegant. Atmosfera calma, muzica discreta si aromele naturale transforma fiecare moment intr-o experienta de wellness completa, perfecta pentru revitalizarea corpului si relaxarea mintii.

Picnic si degustare de fructe locale - Bucura-te de o experienta rafinata printr-un picnic in resort, organizat intr-un cadru elegant si relaxant. Te vei delecta cu o selectie de fructe locale proaspete, servite intr-o prezentare sofisticata, menita sa imbine gusturile exotice cu atmosfera linistita a resortului. Este momentul ideal pentru a savura delicii naturale, intr-un ambient exclusivist ce aduce un plus de rasfat sejurului tau.

Ziua 7

Ubud - Bali Sud

Sesiune de exercitii de respiratie dimineata - Dimineata incepi cu exercitii de respiratie constienta. Inspiri aer curat si expiri tot ce nu iti mai foloseste. Fiecare respiratie iti trezeste corpul si iti limpezeste gandurile. Simti cum energia curge liber in tine. Este un ritual simplu, dar extrem de eficient. Respiri pentru echilibru, pentru vitalitate, pentru claritate. Este momentul tau de resetare zilnica. Dupa cateva minute, corpul tau este plin de viata. Mintea este limpede si gata de o noua zi. Exerciitiile de respiratie sunt ca o infuzie de energie pura.

Curs de gatit in Ubud - Astazi vei lua parte la o activitate inedita, un curs de gatit in Ubud. Vei invata sa pregatesti retete traditionale folosind ingrediente locale, sub indrumarea unor bucatari pasionati. O experienta culinara captivanta, perfecta pentru iubitorii de cultura si gastronomie.

Transfer privat de grup hotel Ubud - hotel Bali Sud - Dupa pranz vei fi preluat de la hotelul din Ubud si transferat catre urmatoarea locatie, Bali Sud.

Tur Uluwatu & show Kecak - Dupa-amiaza vei calatori spre Pura Luhur Uluwatu, o minune arhitecturala asezata pe o stanca, la aproximativ 250 de metri deasupra nivelului marii. Acolo vei vizita Templul Uluwatu, edificiu spiritual hindus, care gazduieste o colonie mica de maimute. La final, te vei bucura de un spectacol traditional de dansuri Kecak.

Plimbare constienta pe malul oceanului - Mergi incet pe nisip si simti briza oceanului. Fiecare pas devine meditatie, fiecare val - un memento al vietii. Lasi gandurile sa treaca, ca norii pe cer. Esti atent la miros, la sunet, la textura nisipului. Este o plimbare care devine ritual de recunostinta. Simti cum oceanul iti curata energia. Este o experienta simpla si profunda. Plimbarea constienta iti aduce claritate si pace. Este modul tau de a incetini si a fi prezent. La final, simti ca oceanul ti-a luat grijiile si ti-a oferit liniste.

Sesiune de meditatie de seara - Seara este momentul tau de liniste. Te asezi confortabil si incepi sa respiri adanc. Ghidul te conduce intr-o stare de relaxare profunda. Lasi in urma tot zgomotul zilei. Simti cum corpul se destinde si mintea se limpezeste. Meditatie devine o resetare a sufletului. Te pregatesti pentru un somn odihnitor si vise senine. Este un ritual de recunostinta pentru tot ce ai trait peste zi. Invati sa renunti la control si sa iti dai voie sa te odihnesti. Este cea mai frumoasa incheiere pentru o zi plina de experiente.

Ziua 8

Bali Sud

Sesiune yoga pe plaja - Vei avea parte de o sesiune de yoga pe plaja intr-un cadru natural spectaculos, cu sunetul valurilor si briza oceanului care insotesc fiecare miscare. Sesiunea este ideala pentru relaxare, echilibru si energie pozitiva, ajutandu-te sa iti incepi ziua intr-un mod armonios. Experienta imbina exercitiile blande de intindere cu respiratia constienta, oferind o conexiune profunda cu natura.

Vizita Bali Collection - Descopera Bali Collection, complexul de shopping si relaxare din Nusa Dua, unde vei gasi branduri internationale, magazine locale cu suveniruri si produse artisanale. Plimbarea prin acest spatiu modern este completata de restaurante, cafenele si zone verzi, oferind o experienta placuta atat pentru cumparaturi, cat si pentru relaxare. Este locul ideal pentru a imbina shoppingul cu atmosfera tropicala a insulei Bali.

Ziua 9

Bali Sud

Sesiune de Pranayama la rasarit - Cand incepi dimineata cu pranayama, simti cum aerul curat iti patrunde in fiecare celula. Inspiri energie, expiri tensiune. Te conectezi cu forta ta interioara si cu ritmul naturii. Fiecare respiratie devine o ancora in prezent. Simti cum mintea se limpezeste si corpul capata vitalitate. Inveti sa controlezi fluxul respiratiei ca sa iti echilibrezi emotiile. Pranayama este ca o resetare a intregului tau sistem. Este un ritual simplu, dar extrem de puternic. Dupa cateva minute, te simti mai usor, mai clar si mai prezent. Este modul tau de a incepe ziua cu energie pura si pace interioara.

Zi libera Bali Sud - Ai o zi intreaga la dispozitie pentru a te bucura de numeroase activitati: inot, snorkeling, scufundari, surfing, excursii cu vas cu podeaua de sticla pentru a admira corali sau poti face un tur al insulei.

Sesiune de meditatie la apus si atelier de mindfulness - Seara este momentul tau de liniste. Te asezi confortabil si incepi sa respiri adanc. Ghidul te conduce intr-o stare de relaxare profunda. Lasi in urma tot zgomotul zilei. Simti cum corpul se destinde si mintea se limpezeste. Meditatie devine o resetare a sufletului. Te pregatesti pentru un somn odihnitor si vise senine. Este un ritual de recunostinta pentru tot ce ai trait peste zi. Invati sa renunti la control si sa iti dai voie sa te odihnesti. Este cea mai frumoasa incheiere pentru o zi plina de experiente. In atelierul de mindfulness inveti sa fii prezent. Fara graba, fara judecata, doar cu atentie deplina. Respiri constient si observi gandurile fara sa te agati de ele. Descoperi exercitii simple care iti schimba perspectiva. Scrisul in jurnal devine o forma de terapie si introspectie. Simti cum fiecare cuvnt asezat pe hartie iti limpezeste mintea. Esti ghidat sa iti observi emotiile si sa le accepti. Atelierul devine un spatiu sigur in care te intalnesti cu tine. La final, pleci cu claritate si pace interioara. Mindfulness-ul iti aduce un fel de lux invizibil: linistea.

Ziua 10

Plecarea Bali Sud

Late Check-out - Late Check-out este inclus.

Transfer privat de grup hotel Bali Sud - aeroport Bali - Vei fi preluat de la hotel de catre partenerul nostru local si transferat catre aeroport.

Ziua 11

Sosire Bucuresti

Servicii incluse

- Biletele de avion pentru zborurile mentionate
- Taxele de aeroport pentru zborurile internationale si interne
- Bagaj de cala pentru zboruri
- Cazare la hotelurile alese, in tipul de camere specificat
- Mesele mentionate in program
- Toate transferurile mentionate in program
- Toate tururile si vizitele mentionate in itinerar
- Toate taxele de intrare la obiectivele turistice mentionate in itinerar
- Ghid local dedicat vorbitor de limba engleza pentru tururile si vizitele incluse
- Insotitor de grup din partea Agentiei noastre
- Bacsis ghizi locali si soferi
- Taxele de serviciu
- Serviciu telefonic de urgente 24/7
- Brosuri personalizate in limba romana cu informatii despre destinatie (in format electronic)
- Sfaturi de calatorie

Orar de zbor:

Indonezia (plecare OTP) - 10/05/2027 - TGN [DPS] INSOT WELL/ 8N

- Bucuresti - Doha
 - **Decolare:** 2027-05-10 17:10
 - **Aterizare:** 2027-05-10 21:40
- Doha - Denpasar
 - **Decolare:** 2027-05-11 02:45
 - **Aterizare:** 2027-05-11 17:35
- Denpasar - Doha
 - **Decolare:** 2027-05-20 00:35
 - **Aterizare:** 2027-05-20 04:45
- Doha - Bucuresti
 - **Decolare:** 2027-05-20 09:20
 - **Aterizare:** 2027-05-20 14:15

Servicii neincluse

- Locuri preferentiale in avion
- Supliment pentru asigurare storno cu fransiza minima
- Early check-in, late check-out pentru hotelurile incluse in program
- Excursiile optionale
- Mesele nespecificate in program
- Cheltuieli personale (produse din minibar, telefon, internet, seif, servicii curatatorie, babysitting, etc.)
- Taxa de viza si formalitati de obtinere a vizei
- Taxa turistica Bali - 10 euro/persoana (se achita online sau pe aeroport)

- Echipament si accesorii yoga (saltea, blocuri, curea)
- Taxe locale percepute de unele hoteluri

Informatii utile

- Conditii de plata:
 - Avans 50% la inscriere
 - 50% cu 60 de zile inainte de plecare

Oferte Grup Wellness - Ubud & Bali Sud, Indonezia, 11 zile - mai 2027, Indonezia

Tip oferta	Perioada	Pret
Ubud, Blue Karma Dijiwa Ubud, 4* One Bedroom Villa Garden View, masa: Mic dejun Bali Sud, Merusaka Nusa Dua, 5* Deluxe Room, masa: Mic dejun Pachet	10.05.2027 - 20.05.2027	2 790.00 EUR 10 nopti 1 adult

* Tarifele si disponibilitatile sunt valabile la acest moment (25.10.2026 03:19).