**Matka rentoutumaan kehon ja mielen harmoniaan KREIKKA syyskuu 13–23.9.2019**

Syyskuussa rentoudumme Kreikan valossa ja lämmössä, upeissa maisemissa meren läheisyydessä ja vehreiden sitrusviljelysten keskellä.

Nautimme elämästä Drepanon pikkukylässä. Hotellin puutarhan uima-allas alue ja katettu rentoutumistila tarjoavat upeat puitteet helliä kehoa ja mieltä. Kävelymatkan päässä on meren poukama ja eläväinen kylän keskusta kahviloineen ja tavernoineen.

Päivä alkaa buffet-aamiaisella ja jatkuu päivän ohjelman mukaan kehoa ja mieltä hellivillä harjoituksilla uima-altaassa ja rentoutumistilassa sekä mielenkiintoisilla tutustumiskohteilla. Vierailemme Epidauroksen antiikin aikaisessa teatterissa ja sen parantola-alueella, missä ihmistä on hoidettu psykofyysisenä kokonaisuutena ja tutustumme sen erityisiin värähtelyihin. Käymme yhdessä tutustumassa ihastuttavan Nafplionin kaupungin värikkäisiin kujiin, minkä putiikkeihin ja alueen muisnaishistoriasta kertovaan mielenkiintoiseen museoon voit tutustua kätevästi omalla ajallasi vaikka taksilla.

Ohjelmaan kuuluu myös:

* + Rentoutumista äänten ja värähtelyn maailmassa sekä uima-altaalla että rentoutumistilassa
  + Äänimaljakelluntaa
  + Meditaatioita ja sointumatkoja iltaisin
  + Omaa aikaa ja rauhaa
  + Iltaisin yhteistä illanviettoa kreikkalaista lähiruokaa nauttien

**Drepanon kylä ja hotelli Triton**

Noin kahden tunnin ajomatkan päässä Ateenasta, Peloponnesoksen niemimaalla, vehreiden sitrus- ja oliiviviljelmien keskellä sijaitsee matkakohteemme 1500 asukkaan Drepanon maalaiskylä.

Drepanon pienellä sivukadulla on viihtyisä, raikkain sävyin sisustettu Hotel Triton. Hotellista on kaunis, seesteinen näköala merelle ja lähiympäristön kumpuilevaan vuoristoon. Hotellin puutarha ja uima-allas alue on rauhallinen vehreä keidas, kaukana arjen kohinasta. Hotellissa on kaksi kerrosta ja siellä ei ole hissiä, joten se ei sovellu liikuntaesteisille.

Meren ranta ja kylän keskusta ovat kävelymatkan päässä (noin 800m.) hotellilta. Keskustassa on pankkiautomaatti, supermarket, leipomo, apteekki, tavernoita sekä perinteisiä kreikkalaisia kahviloita.

**Matkalla mukana on Sointukylpylä vedessä että maalla värähtelevine instrumentteineen.** Tule yksin, kaksin tai ystävien kera. Voit tuoda mukanasi myös oman äänimaljasi!

**Tiina Pitkänen:** PH äänirentouttaja. Minulla on ilo ja kunnia syvärentouttaa ihmisiä erilaisilla rentoutusmetodeilla arkityössäni. Olen löytänyt oman elämäntehtäväni, rakkauden työhöni.

**Anne Matero:** PH äänirentoutusmetodin opettaja. ¨ Kreikassa asuessani koin ensimmäistä kertaa äänimaljojen värähtelyn. On suuri ilo lähteä tälle matkalle ja saada jakaa kanssanne sointujen säestyksellä myös kreikkalaisen mytologian aarteita¨.

**LENTOAIKATAULU**

Meno: 13.9. PE A3765 HEL-ATH 13:15-16:50

Paluu: 23.9. MA A3764 ATH-HEL 13:00-16:45

Lennoilla tarjoillaan lämmin ateria.

**HINTA**

1445,- / HLÖ JAETUSSA KAHDEN HENGEN HUONEESSA

YHDEN HENGEN HUONEEN LISÄMAKSU 150.- / HLÖ

**ILMOITTAUTUMINEN** JA TIEDUSTELUT MATKATOIMISTON KAUTTA.

[info@elvetours.gr](mailto:info@elvetours.gr) / Mia

Toimi ripeästi! Paikkoja on rajallinen määrä.

**MATKAN HINTAAN SISÄLTYY:**  
• suora Helsinki–Ateena–Helsinki turistiluokassa lentoveroineen, ateria ja juomat sisältyvät lennon hintaan  
• lentokenttäkuljetukset  
• majoitus jaetussa 2-hengen huoneessa sisältäen puolihoidon  
• äänirentoutus-ohjelmaa  
• retket: Napfplion, Epidauros ja Taverna-ilta  
• matkanjohtajien palvelut kohteessa  
• toimitus- ja palvelumaksut, verot

Varausmaksu 250€ viikon sisällä varauksesta.

Vastuullinen matkanjärjestäjä on suomalainen matkatoimisto Kreikassa:

Matkatoimisto Elve-tours [www.elvetours.gr](http://www.elvetours.gr)