Η ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ
ΜΑΘΗΜΑ YOGA & WINE PAIRING

Απόσταση
4χλμ.

Ομάδα
12-15 άτομα

Δυσκολία
Εύκολη

Φυσική κατάσταση
Καλή

ΑΠΟΔΡΑΣΗ ΣΤΑ ΤΖΟΥΜΕΡΚΑ

"ΤΖΟΥΜΕΡΚΑ - ΑΘΑΜΑΝΙΚΑ ΟΡΗ - ΒΟΥΡΓΑΡΕΛΙ - ΛΟΥΤΡΑ ΚΑΠΕΤΑΝΙΟΥ - ΜΟΝΗ ΚΗΠΙΝΑΣ - ΚΑΛΑΡΡΥΤΕΣ"

Μια αναζωογονητική 3ήμερη απόδραση ευεξίας στην επιβλητική φύση των Τζουμέρκων! Με ορμητήριο το ατμοσφαιρικό Rouista Tzoumerka Resort στο γραφικό Βουργαρέλι, πεζοπορούμε έως τα παραμυθένια Λουτρά του Καπετάνιου, χαλαρώνουμε σώμα και νου με εξειδικευμένο μάθημα Yoga (Yin Yoga & Yoga Nidra) και απολαμβάνουμε μια ξεχωριστή εμπειρία Wine Pairing με τοπικά προϊόντα. Η εμπειρία ολοκληρώνεται με επίσκεψη στη σκαρφαλωμένη στον βράχο Μονή Κηπίνας, βόλτες στους παραδοσιακούς Καλαρρύτες και αυθεντική ηπειρώτικη φιλοξενία.

1Η ΗΜΕΡΑ: ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ - ΠΕΖΟΠΟΡΙΑ ΠΡΟΣ ΤΑ ΛΟΥΤΡΑ ΤΟΥ ΚΑΠΕΤΑΝΙΟΥ – ΕΛΕΥΘΕΡΟΣ ΧΡΟΝΟΣ

Αναχώρηση νωρίς το πρωί από τη Θεσσαλονίκη με κατεύθυνση τα επιβλητικά, άγρια και γεμάτα αντιθέσεις Αθαμανικά Όρη, τα θρυλικά Τζουμέρκα. Διασχίζοντας μια πανέμορφη ορεινή διαδρομή, φτάνουμε στο γραφικό χωριό Βουργαρέλι, έναν παραδοσιακό οικισμό «πνιγμένο» στο πράσινο και τα τρεχούμενα νερά. Άφιξη και τακτοποίηση στο φιλόξενο Rouista Tzoumerka Resort.

Αμέσως μετά, φοράμε τα πεζοπορικά μας παπούτσια και ξεκινάμε για την πρώτη μας adventure εμπειρία: μια κυκλική πεζοπορική διαδρομή με προορισμό τα Λουτρά του Καπετάνιου, έναν μικρό, κρυμμένο φυσικό παράδεισο στην καρδιά του πυκνού δάσους. Ακολουθώντας το μονοπάτι μέσα στην παρθένα φύση, περπατάμε ανάμεσα σε αιωνόβια δέντρα και τρεχούμενα νερά, ανακαλύπτοντας εικόνες σπάνιας φυσικής ομορφιάς και απολαμβάνοντας την ηρεμία του βουνού.

Επιστροφή στο ξενοδοχείο μας για ξεκούραση και χαλάρωση. Το απόγευμα είναι ελεύθερο για να ανακαλύψετε το Βουργαρέλι με τον δικό σας ρυθμό: περπατήστε στα πλακόστρωτα σοκάκια του, απολαύστε τον καφέ σας στην πετρόχτιστη πλατεία κάτω από τα πλατάνια ή απλώς αφεθείτε στην απόλυτη ηρεμία του βουνού. Κυκλική διαδρομή με απόσταση: 4χλμ, υψομετρική: +176μ, διάρκεια: 4 ώρες.





2Η ΗΜΕΡΑ: WELLNESS & ΓΕΥΣΕΙΣ ΤΩΝ ΤΖΟΥΜΕΡΚΩΝ – YOGA EXPERIENCE & WINE PAIRING

Μετά το πρωινό, η ημέρα ξεκινά με έναν διαφορετικό τρόπο: αφιερώνουμε χρόνο στο σώμα και το μυαλό μέσα από ένα Yoga Experience, σχεδιασμένο ώστε να μπορούν να συμμετέχουν όλοι, ανεξάρτητα από προηγούμενη εμπειρία. Μέσα στο φυσικό περιβάλλον των Τζουμέρκων, χαμηλώνουμε ρυθμούς, εστιάζουμε στην αναπνοή και την κίνηση και απολαμβάνουμε μια εμπειρία ευεξίας που μας φέρνει ακόμη πιο κοντά στη φύση.

Στη συνέχεια και επειδή κάθε τόπος ανακαλύπτεται και μέσα από τις γεύσεις του, η εμπειρία συνεχίζεται με ένα ξεχωριστό Wine Pairing. Τρεις επιλεγμένες ετικέτες κρασιού συναντούν τοπικά προϊόντα και γεύσεις, σε μια εμπειρία που μας μυεί στους διαφορετικούς συνδυασμούς αρωμάτων και γεύσεων. Μαθαίνουμε πώς το κατάλληλο κρασί μπορεί να αναδείξει έναν γευστικό συνδυασμό και ανακαλύπτουμε τον τόπο μέσα από τα προϊόντα και τους ανθρώπους του. Το υπόλοιπο της ημέρας είναι ελεύθερο για χαλάρωση και προσωπικές στιγμές στην περιοχή.

ADVENTURE HIGHLIGHT: Yoga στη φύση & Wine Pairing με 3 επιλεγμένα κρασιά και τοπικά προϊόντα.

WINE PAIRING EXPERIENCE:

Το Wine Pairing είναι κάτι περισσότερο από μια απλή γευσιγνωσία. Είναι ένα παιχνίδι ισορροπίας ανάμεσα στο κρασί και τη γεύση.

Δοκιμάζουμε τρεις διαφορετικές ετικέτες κρασιού, καθεμία συνδυασμένη με επιλεγμένα τοπικά προϊόντα, και ανακαλύπτουμε πώς τα αρώματα, οι υφές και οι γεύσεις μπορούν να συμπληρώνουν και να αναδεικνύουν η μία την άλλη. Μια μικρή γαστρονομική εμπειρία που μας επιτρέπει να γνωρίσουμε τα Τζουμέρκα και μέσα από τη γεύση τους.



3Η ΗΜΕΡΑ: ΠΡΩΙΝΟ – ΜΟΝΗ ΚΗΠΙΝΑΣ – ΚΑΛΑΡΡΥΤΕΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Μετά το πρωινό αναχωρούμε για τη μοναδική Μονή Κηπίνας, ένα από τα πιο εντυπωσιακά μοναστήρια της Ηπείρου, χτισμένο κυριολεκτικά μέσα στον βράχο και γνωστό ως η «Σουμελά της Ηπείρου».

Η μοναδική αρχιτεκτονική της και η εντυπωσιακή της θέση προκαλούν δέος σε κάθε επισκέπτη. Συνεχίζουμε για τους παραδοσιακούς Καλαρρύτες, ένα από τα ομορφότερα πετρόχτιστα χωριά των Τζουμέρκων, με την πλούσια ιστορία και τη μοναδική αρχιτεκτονική του. Θα έχουμε ελεύθερο χρόνο για βόλτα στα καλντερίμια, καφέ ή γεύμα στις τοπικές ταβέρνες, απολαμβάνοντας τη φιλοξενία και τις αυθεντικές γεύσεις της περιοχής.

Νωρίς το απόγευμα παίρνουμε τον δρόμο της επιστροφής, γεμάτοι όμορφες εικόνες, μοναδικές εμπειρίες και αναμνήσεις από έναν από τους πιο αυθεντικούς ορεινούς προορισμούς της Ελλάδας. Άφιξη στη Θεσσαλονίκη το βράδυ.





ΠΕΡΙΟΔΟΣ ΤΑΞΙΔΙΟΥ	ΚΑΤΑΛΥΜΑ ΤΟΠΟΘΕΣΙΑ	ΔΙΑΜΟΝΗ
3 ΗΜΕΡΕΣ **20/11 - 22/11** **11/12 - 13/12** **08/01 - 10/01** **22/01 - 24/01**	**Rouista Tzoumerka Resort 3*** Τζουμέρκα	**425€**

Απόσταση
4χλμ.

Ομάδα
12-15 άτομα

Δυσκολία
Εύκολη

Φυσική κατάσταση
Καλή

ΣΥΝΟΔΕΙΑ ΑΠΟ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΜΕΝΟΥΣ ΣΥΝΟΔΟΥΣ ΒΟΥΝΟΥ

Περιλαμβάνονται: Μεταφορές σύμφωνα με το πρόγραμμα • Πρωινό καθημερινά • Δίωρη πεζοπορία προς τα λουτρά του Καπετάνιου/ξενάγηση • Μάθημα Yoga • Wine Pairing με 3 κρασιά & τοπικά προϊόντα • Συνοδός εκδρομής • Ασφάλεια αστικής ευθύνης.

Δεν περιλαμβάνονται: Είσοδοι σε μουσεία, θεάματα & οτιδήποτε προαιρετικό ή προτεινόμενο • Τέλος ανθεκτικότητας στην κλιματική κρίση: 2,5€/άτομο ανά διανυκτέρευση, ανά δωμάτιο.

Να μην ξεχάσω:

- Αδιάβροχο – Αντιανεμικό
- Hiking / trekking / ορειβατικά παπούτσια
- Είδη ατομικής υγιεινής, πετσέτα
- Sleeping bag ή μαξιλαροθήκη – σεντόνια
- Αντηλιακό, γυαλιά ηλίου
- Καπέλο ή σκούφο
- Μία δεύτερη αλλαξιά σε περίπτωση που ιδρώσετε
- Μικρό σακίδιο πλάτης για τη δραστηριότητα της πεζοπορίας
- Μπατόν (προαιρετικά)
- Snacks (παστέλι, σοκολάτα, power bar)
- Νερό (1,5lit)

