



Piedāvājums pārim (no 80 €)

Izbaudi masāžu ar savu mīļoto cilvēku AMIL SPA centrā un turpini relaksāciju ar tējas ceremoniju un veselīgām uzkodām.

Kardio treniņš grupai Saulkrastu pludmalē. Vadītājs: Šrilankas fitnesa treneris Ishara Pathirana (8 €/ pers.) (grupām virs 10 cilvēki piemērojama 20 % atlaide)

Fiziskā izkustēšanās un ķermeņa uzturēšana svaigā gaisā skaistajā Saulkrastu pludmalē.

Sieviešu sakrālās dejas.Vadītāja: Evija Saminska (20 €/ pers.) (grupām virs 10 cilvēki piemērojama 20 % atlaide)

Mums ir Dieva dots instruments – ķermenis, uz kura ir jāiemācās spēlēt tā, lai varētu atkal atgriezties pie saskaņas ar sevi. Kustoties un elpojot, sievietē iepazīst savu ķermeni, sajūtas, emocijas un ar laiku sāk just savu enerģiju.

Mīlestības meditācija. Vadītāja: Simona Kārklīņa (20 €/ pers.) (grupām virs 10 cilvēki piemērojama 20 % atlaide)

No sirds plūst mīlestība, labestība un maigums. Mīlestības meditācija atver sirdi un ceļu mīlestībā.

Tibetas skanošo trauku seanss. Vadītāja: Inga Millere (20 €/ pers.) (grupām no 7 līdz 10 cilvēki piemērojama 20 % atlaide)

Tibetas skanošo trauku vibrāciju radītās frekvences ir no 142 Hz- 220Hz, tādēļ seansu laikā tiek izdzēstas zemas frekvences emociju radītās sekas un jaunās cilvēka šūnas, kuras veidosies pēc seansa veidosies daudz veselākas, spēcīgākas, tās būs saņēmušas ļoti spēcīgu pozitīvu lādiņu.

Elpošanas terapija. Vadītājs: Jānis Brūns (20 €/pers.) (grupām no 7 līdz 10 cilvēki piemērojama 20 % atlaide)

Elpošana ir vienīgā sistēma mūsu ķermenī, kura ir pilnībā automātiska un vienlīdz var būt apzināti kontrolējama. Ar elpošanu mēs varam ietekmēt to, kā mēs jūtamies. Tas ir dabas uzaicinājums mums katram pašam aktīvi piedalīties savu iekšējo procesu notikšanā. Maini sevi un pasaule tev apkārt mainīsies.

Jogas nodarbības. Vadītāja: Inga Astašenko (9 €/pers.)

Vārds „joga” nozīmē „apvienot” jeb „savienot”, jo pēc pamata būtības joga ir gan fiziskā ķermeņa, gan prāta atbrīvošana un saplūšana ar dievišķo jeb visumu. Tas ir veids, kā panākt, ka cilvēks nonāk harmonijā ar sevi, attīstot gan ķermeni, gan garu.

Ekskursija pa Saulkrastu enerģētiskajām vietām. Vadītājs: Jānis Arvīds Plaudis (20 €/pers) (grupām virs 10 cilvēki piemērojama 20 % atlaide)

Cik interesanti un vienlīdz svarīgi ir apzināties dabas skaistumu, varenību un ietekmi uz cilvēku. Solis ārpus ikdienas ielūkojoties Saulkrastu varenumā un klausoties grafaloga, enerģētiķa un rakstnieka dziļajās zināšanās.

Individuālais vai pāra piedāvājums enerģijas atjaunošanai (2 dienām) **(no 135 €)**

1. DIENA

14:00 Ierašanās

16:00 60 min masāža katram (masāža pēc izvēles)

17:30 Tējas ceremonija

19:00 Saulkrastu dabas burvība Jūsu rokās

21:00 Saulrieta vērošana

Nakšņošana viesnīcā

2. DIENA

Brīvais laiks

13:00 pēc izvēles:

- masāža/ rituāls
- Mīlestības meditācija diviem
- Joga vienam/ diviem
- Kardio treniņš pie jūras

15:00 Tējošana

Došanās mājup

3dienu labklājības nometne grupai līdz 10 cilvēkiem (130 €/pers) pārim 200 €

Varbūt kādreiz esi aizdomājies par to - cik forši būtu pēkšņi nokļūt citā pasaulē, kaut vai tikai uz vienu, divām vai 3 dienām. Tur, kur nav ne Tavu raižu, Tavu problēmu, bet gan tīra un patiesa harmonija.

Sapņi piepildās! AMIL SPA komanda ir izveidojusi 3 dienu plānu Tavai labklājībai! **Kur jādodas?** - Uz Saulkrastiem

Cik tas maksā? Dalības maksa 130 €

1. Diena - Ierašanās plkst. 16:00 Saulkrastos, Raiņa ielā 5

- 16:00 iepazīšanās
- 18:00 mīlestības meditācija jūras krastā Simonas Kārklīņas vadībā
- 19:30 kopīgas mandalas veidošana
- Saulrieta vērošana

2. Diena - tiekamies plkst. 8:00

- Brokastojam un dzeram zāļu tēju
- 9:00 dodamies pārgājienā gar jūru
- 10:00 harmonizēšanās stunda: ķermenis - prāts, gars - vide
- 12:00 piknikojam pie jūras
- 14:00 lekcija "Holistiskā dzīvošana"
- 15:30 Brīvais laiks

- 17:00 Masāža Tava ķermeņa labklājībai
- Vakars - sarunas pie tējas
- Saulrieta vērošana

3. Diena - tiekamies plkst 8:00

- Brokastojam un dzeram zāļu tēju
- 9:00 Harmonizācijas stunda - holistiskā vingrošana
- 10:30 lekcija "Izzini sevi"
- 12:00 Piknikojam
- 13:00 Praktiskā nodarbība - veidojam kolāžu
- 15:00 Aromaterapija dabā
- Sakrālā deja Evijas Saminskas vadībā
- Dodamies pa mājām

Cenā iekļauts: Organizēšana; visas minētās nodarbības; autostāvvietā; kafija, tēja un veselīgas uzkodas; nakšņošana līdzpņemtā guļammaisā AMIL SPA centrā.

Papildus izmaksas: masāžas, individuālās konsultācijas, nakšņošana viesnīcā.

*Neparedzētu apstākļu dēļ kāda lekcija/nodarbība/pakalpojums var tikt aizstāts ar līdzvērtīgu.

Vecmeitu ballīte (līdz 15 meitenēm)

A VARIANTS

- LUX masāža jaunajai līgavai kamēr pārējās uzpošas un caur ezotērikas prizmu ielūkojas intrigējošajos dzīves aspektos!
- Pēc izvēles: Taro; litoterapija ; Vastu Shastra; Maiju astroloģija.
- Fotosesija pie jūras
- Kopējais ilgums: 3h
- Cena: 170 €

B VARIANTS

- LUX masāža jaunajai līgavai kamēr pārējās uzpošas un caur ezotērikas prizmu ielūkojas intrigējošajos dzīves aspektos!
- Pēc izvēles: Taro; litoterapija ; Vastu Shastra; Maiju astroloģija.
- Kopējais ilgums: 2h
- Cena: 130 €

C VARIANTS

- Meistarklase ziedu vainagu pīšanā vai hennas gleznošanā;
- Kopiska holistiskā vingrošana pie jūras;
- Fotosesija darbības laikā;
- Kopējais ilgums: 3h
- Cena: 150 €

D VARIANTS

- 30 minūšu masāža katrai;
- LUX procedūra līgavai;
- Savas pusdārgakmens/ kristālu rokassprādzes izgatavošana;
- Kopējais ilgums: atkarīgs no cilvēku skaita (~ 4 līdz 6 h)
- Cena: atkarīgs no dalībnieku skaita (no 290 €)

AMIL SPA GARANTĒ:

***FANTASTISKAS ATMIŅAS UN RELAKSĀCIJU**

***TĒJU; KAFIJU; ŪDENI**

***BEZMAKSAS AUTOSTĀVVIETU**

***LIELISKI ATPŪTU;**

***SAULKRASTOS, RAIŅA IELĀ 5**

(5 minūšu gājienā no jūras!)