

Поездка «Вместе с мамой» в природный курорт «Яхонты»

Мы рады пригласить вас с нами на отдых в Подмосковье!

С 1 по 11 июля мы отправляемся в природный курорт «Яхонты»!

Наша задача – приятный, полезный и интересный отдых для взрослых с маленькими детьми (от нескольких месяцев до 5 лет). Поэтому для своего выезда мы выбрали один из лучших отелей Подмосковья. Это, пожалуй, единственный дом отдыха с собственным озером и пляжем в ближайшем Подмосковье. Нам очень понравилось, что здесь мы окажемся будто бы на небольшом курорте:)

В «Яхонтах» хорошие номера, вкусная еда, большая зеленая территория, а кроме того, здесь многое предусмотрено для детей: детское меню, детский бассейн, игровая комната.

Многие думают, что провести 10 дней в доме отдыха с маленьким – это скучно...НО Мы организуем поездку «Вместе с мамой» и конечно же мы подготовили программу, которая будет интересна и полезна и взрослым и маленьким отдыхающим. Скучать мы не будем ни минутки!

ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА НАШЕЙ ПОЕЗДКИ (возможны изменения)

Каждое утро мы будем заниматься Кундалини йогой для взрослых с малышами. Надеемся, что погода позволит проводить занятия прямо на пляже.



Занятия Кундалини йогой для мам и малышей проводятся по методике, специально разработанной для «Вместе с мамой». Занятия помогают научиться жить более спокойно и радостно вместе со своим малышом, осознанно относиться к материнству и в тоже время не перегружать себя ненужными тревогами, среди бесконечных забот о малыше найти немного время для себя. Ведь йога – это прежде искусство строить взаимоотношения. Наши занятия - это возможность заниматься йогой вместе с малышом. В течении занятия будет время для того, чтобы мама могла сделать несколько упражнений для себя и позаниматься Кундалини йогой с малышом, попеть мантры и колыбельные, помедитировать вместе, получить возможность для полного расслабления и отдыха для тела и души.

Кундалини йога – одно из направлений йоги, которое сочетает физические упражнения и голосовые практики, дыхательные упражнения и техники визуализации, медитации и пение мантр.

На пляже или в бассейне* мы будем заниматься грудничковым и малышковым плаванием. Для взрослых это тоже будет увлекательно, так как занятия будут проходить по методике Birth Light (где взрослые и дети плавают вместе)



Методика Birthlight разрабатывалась в течение двадцати лет путем продвижения идеи «водного родительства». Акцент в ней делается на активной эмоциональной связи между родителем и ребенком в водной среде. Такой эффект достигается путем применения специальных техник движения и релаксации в воде, овладение которыми приводит к развитию навыков выживания и непосредственно плавания.

Каждый новорожденный приходит в этот мир с потенциалом «водного ребенка», и чем скорее ребенок откроет для себя свободу парения в невесомом пространстве, которую дарит вода, тем более гармоничным и независимым он или она станет. Кроме того, классы детского плавания— идеальная среда для сближения молодых родителей и их новорожденных малюток, а для детей постарше – прекрасный способ социализироваться и отлично проводить время всей семьей.

Нас будут ждать творческие мастерские, на которых мы научимся работать в разных техниках и делать красивые и полезные вещи из войлока, полимерной глины, шить кукол, делать бусы, рисовать и даже варить мыло.



Вы наверняка заметили, что с рождением ребенка вы стали более тонко чувствовать красоту мира, испытывать желание творить... Даже если пока не почувствовали, это так! Как было бы приятно иметь возможность реализовать творческий потенциал. В доме отдых на природе для этого самое

подходящее время! Мы будем создавать своими руками самые разные вещи: игрушки, украшения, слингобусы, открытки, предметы интерьера и многое другое

Во время занятий вы сможете изучить разные техники техник, попробуете работать на разных материалах и инструментах. Ведущий поделится с вами хитростями мастерства. По окончании каждой мастерской у вас в руках окажется законченный или почти готовый, красивый и нужный предмет.

На занятиях с психологом мы сможем научиться еще лучше понимать себя и своих детей

Основная цель наших занятий с психологом - поддержка родителей для формирования у них уверенности в себе как в родителях, способности самостоятельно осознанно принимать важные решения в отношении развития и воспитания своего ребенка. Кроме того мы на занятиях психолог уделит внимание не только вопросам развития детей, но и даст возможность взрослому узнать лучше и самих себя. Мы даже планируем провести **мини-тренинг «Женственность»** (для женщин, конечно же), которые помогут раскрыть в себе новые стороны своей женственности и почувствовать себя еще более прекрасными.



К нам придет специалист, который будет проводить для нас занятие по песочной арт-терапии и рисованию песком. Мы планируем привезти специальные столики для рисования песком.



Каким волшебным и многогранным может быть обычный песок, и какие шедевры с его помощью можно создавать! Мы сможем познакомиться с этим искусством и создать свою картину из песка. Рисование песком помогает окунуться в мир природы, расслабиться, погрузиться в создаваемую картину, забыть обо всех проблемах, отдохнуть душой и телом. Кроме того, работа с песком помогает:

- развивать познавательные процессы (восприятие, внимание, память, образно-логическое мышление, пространственное воображение), процессы саморегуляции;
- развивать сенсорно-перцептивную сферу, творческий потенциал, формировать коммуникативные навыки;
- тренировать мелкую моторику рук;
- гармонизировать психоэмоциональное состояние;
- формировать установку на положительное отношение к себе.

Мы пригласили мастера-стилиста, который проведет для нас мини-семинар по созданию своего стиля (мы научимся подбирать для себя цвет, макияж и прическу)



На занятии мы научимся подчёркивать свою красоту профессиональным макияжем, причёской, стилем одежды. На мастер-классах вместе с профессиональным имиджмейкером создадим СВОЙ образ и научимся его поддерживать в ДОМАШНИХ условиях.

Профессиональный фотограф придет к нам для того, чтоб сфотографировать нас, красивых и отдохнувших, а так же проведет для нас мастер-класс по детской фотографии, расскажет о секретах фотосъемки детей



Конечно же нас ждёт встреча с живой музыкой – специально к нам приедут наши замечательные музыканты и мы устроим концерт живой музыки под открытым небом.



Ну и для того, чтоб ваш отдых в «Яхонтах» стал просто незабываемым, мы хотим пригласить специально для нас Театр для малышей, который покажет музыкальный спектакль «Как червячки весну спасали»



Стоимость поездки

Стоимость проживания и питания указаны на сайте отеля. Для нашей группы нам удалось договориться о скидке 5% на проживание и питание (только при поездке с группой "Вместе с мамой" на срок с 1 по 11 июля). Вы можете выбрать на сайте интересующий вас тип номера и рассчитать стоимость сами (цена на сайте минус 5%) Стоимость указана здесь: <http://yahonty.ru/index.php?chp=showpage&num=474>

Для взрослого с ребенком до 6 лет цена номера Стандарт как для 1 взрослого. (за второго взрослого нужно доплачивать)

Для взрослого с ребенком цена номера в Ковершах такая же как для 2 взрослых (вы можете поехать 2 взрослых и 1 ребенок за указанную там цену)

Варианты проживания:

Для нашей группы мы забронировали номера «побюджетнее»: номера «Стандарт» (номер с трехразовым питанием) и номера «Апартаменты Junior в Ковершах на завтраках». Эти номера у них заканчиваются очень быстро. Наша бронь на эти номера действует **до 6 июня**. Затем вы сможете забронировать номер, который будет в наличии (уточняете в «Яхонтах» по телефону, что есть и пишете нам письмо о брони места в нашей поездке). Если вас интересует другой тип номера - уточняйте в офисе «Яхонты» по тел 495 661-54-77

!!!!!!Обратите внимание, что номер «Эконом в ковершах» расположен в 10 минутах ходьбы от основного корпуса и ресторана. (Дорога вдоль озера) В стоимость этого номера включена только завтраки, зато за проживание второго взрослого доплачивать не нужно. Обед и ужин можно заказывать в ресторане по меню. Но в этом номере есть кухня. Это совсем новая территория и недалеко от этого корпуса строится еще корпус. Поэтому цены там такие низкие для дома отдыха такого уровня (3500 руб в сутки. Для нас 3 325 руб). Там новый хороший апартамент, можно пользоваться всей инфраструктурой «Яхонты», участвовать в нашей программе вам будет удобно. Но всё таки принимая решение, вы должны знать эту особенность

Если у вас есть вопросы по проживанию, питанию, инфраструктуре и прочим деталям дома отдыха «Яхонты», пожалуйста, звоните в офис «Яхонты» по тел 495 661-54-77.

Наша программа будет бесплатной для всех участников группы "Вместе с мамой". Это означает, что если вы участвуете в заезде «Вместе с мамой» в Яхонтах, то вы получаете скидку на проживание и бесплатную программу.

Если у вас есть вопросы по программе, звоните нам по тел 410-04-28

Как забронировать номер?

Для того, чтобы записаться в группу, нужно:

1. написать на mail@vmestesmamoy.ru и забронировать номер. Бронь действительна 4 дня. Для брони нужно указать:
 - имена, фамилии, даты рождения всех отдыхающих
 - тип номера (до 6 июня вы можете указать или Стандарт или Коверши. После 6 июня вам нужно позвонить в «Яхонты», узнать о наличии интересующего вас типа номера, а затем сообщить нам)
2. получить от нас подтверждение брони

Как оплатить поездку?

Оплата производится в офисе дома отдыха

ул. Земляной Вал, 66/20, 3 подъезд, офис 2С.

Метро Таганская (кольцевая)

Вам нужно позвонить в офис Яхонты и сообщить, что вы из группы "Вместе с мамой" и хотите приехать для оплаты. Оплата возможна ТОЛЬКО после того, как мы подтвердили вашу бронь, так как число мест в нашей группе очень ограничено!

Можно ли поехать в другие даты?

Наша программа и наша группа там будет с 1 по 11 июля. Вы можете поехать самостоятельно в другие даты – все подробности о стоимости и наличии номеров спрашивайте в офисе «Яхонты»

ДО ВСТРЕЧИ В «ЯХОНТАХ»!