

Indonesia

Losari Yogyakarta Ubud

RELAX E BENESSERE

Una carezza per il corpo e lo spirito



Losari – Yogyakarta – Ubud

Questo itinerario è stato curato per chi desidera vivere qualche giorno in un'oasi di **Relax e Benessere**. Un percorso sensoriale che parte dalle mistiche colline di Giava fino a raggiungere il cuore verde di Bali, combinando trattamenti ancestrali, yoga e la maestosità dei templi millenari.

L'Anima di Giava: Losari e Yogyakarta

L'avventura comincia con l'arrivo a Yogyakarta e il trasferimento nella zona di **Losari**, dove la natura e la storia si fondono.

- **Riequilibrio Profondo:** Appena arrivati, sarete accolti dal trattamento *Losari Resonance Rebalancing*, un massaggio ritmico studiato per armonizzare il sistema nervoso con i meridiani e i chakra.
- **Tradizioni Giavanesi:** Sperimenterete il massaggio tradizionale locale, una terapia vigorosa per liberare le tossine e rigenerare i muscoli.
- **Spiritualità e Storia:**
 - Sessioni quotidiane di **yoga e meditazione** privata.
 - Visita al maestoso **Borobudur**, il tempio buddista dell'VIII secolo con le sue 504 statue di Buddha.
 - Tour della storica piantagione di caffè di Losari.
- **Rituali Esotici:** Il trattamento *Arabian Night*, un rituale Hammam completo che include vapore, esfoliazione, massaggio con olio caldo e cure naturali per i capelli.

Il Cuore di Bali: Ubud e la Costa Sud

Il viaggio prosegue verso l'isola degli Dei per un'immersione totale nel benessere balinese.

- **Rigenerazione a Ubud:** All'arrivo, un massaggio di rigenerazione di 2 ore vi preparerà alla scoperta della foresta pluviale.
- **Natura Incontaminata:** Un **trekking nella giungla** di 2,5 ore vi permetterà di ammirare scimmie, orchidee selvatiche e la sinfonia della fauna locale.
- **Templi sul Mare:**
 - Il suggestivo **Tanah Lot**, raggiungibile a piedi durante la bassa marea al tramonto.
 - Il tempio di **Uluwatu**, sospeso su una scogliera a 100 metri sul mare, dove assisterete alla spettacolare *Kecak Dance* (la danza delle scimmie).
- **Spiaggia e Relax:** Concluderete il viaggio nelle spiagge del sud, con una cena tipica a Jimbaran prima della partenza.

GIORNO 1 | Arrivo

Al vostro arrivo all'aeroporto Adisutjipto di Yogyakarta, incontrate la guida e trasferimento diretto in hotel nella zona di Losari per pernottamento.

Dopo il processo di check-in, godetevi il trattamento Losari Resonance Rebalancing (75 minuti). Un massaggio continuo e ritmico che include delicati allungamenti e applicazioni di punti di pressione per aiutare a alleviare la tensione muscolare e creare un completo rilassamento dei sensi.

L'obiettivo di questo trattamento essenziale è di interfacciare il corpo fisico, come il sistema nervoso e gli organi, con gli elementi energetici del corpo, inclusi i meridiani e i chakra.



GIORNO 2 | Losari (colazione)

Al mattino godrete della sessione di yoga (1 ora) in base all'orario. Dopo di che continuate con la meditazione privata (30 minuti).

Unitevi poi al nostro tour alla piantagione di caffè di Losari per imparare di più sulla coltivazione, la raccolta e la produzione del caffè. Una breve panoramica della piantagione originale.

Successivamente, si prosegue con il massaggio tradizionale giavanese (60 minuti).

Un vero dono della guarigione autentica indonesiana, il massaggio giavanese è una terapia vigorosa ma rigenerante.

Aiuta a liberare la tensione muscolare e a iniziare la disintossicazione; il vostro terapeuta si concentrerà sulle aree trascurate lasciandovi sentire caldi e ripristinati.

GIORNO 3 | Losari (colazione)

Godetevi 1 ora di yoga al mattino alle 8:00.

Successivamente sarete guidati alla visita del famoso tempio buddista Borobudur, un tempio buddista costruito nell'VIII secolo con le sue 504 Statue di Buddha. Anche i templi più piccoli di Mendut e Pawon saranno visitati durante il percorso.

Dopo, rientro in hotel, quindi godetevi il trattamento Arabian Night (120 minuti). Include una sessione di vapore, esfoliazione del corpo, pulizia con sapone, lavaggio dei capelli e trattamento del cuoio capelluto, splash e rinfrescante con acqua di rose, massaggio tradizionale giavanese.

Godetevi un rituale Hammam intensivo, seguito da un massaggio corpo completo con olio caldo.

Dopo uno scrub e una pulizia esaltanti nel tepidarium caldo sarete accompagnati in una suite privata per un massaggio profondamente rilassante. Assorbite un trattamento naturale nutriente per capelli mentre viene massaggiato sul cuoio capelluto pulito, lasciando i capelli radiosi e tutto il corpo caldo e calmo.



GIORNO 4 | Losari (colazione)

Godetevi 1 ora di yoga al mattino alle 8:00.

All'orario appropriato, trasferimento per visitare il tempio di Gedong Songo. Successivamente, trasferimento in hotel, quindi godetevi il massaggio di riflessologia plantare (60 minuti).

GIORNO 5 | Losari-Aeroporto - Denpasar - Ubud (colazione, pranzo)

Colazione in hotel, all'orario previsto trasferimento diretto all'aeroporto di Adisutjipto di Jogjakarta per prendere il volo per Bali.
All'arrivo a Bali, incontrate e trasferimento diretto in hotel nella zona di Ubud per il pernottamento.
Godrete anche del massaggio di rigenerazione (2 ore) e cena in hotel.



GIORNO 6 | Ubud (colazione, pranzo)

Al mattino godrete della sessione di yoga in base all'orario.

Successivamente, trekking nella giungla per 2,5 ore. Godetevi la natura nel suo splendore!

Vivrete la magnifica varietà di flora e fauna che abitano le foreste circostanti la valle intorno al resort.

Potreste avere la possibilità di scorgere le scimmie nel loro habitat naturale, mentre il cinguettio di mille uccelli compone una melodiosa sinfonia di suoni naturali.

La nostra guida vi mostrerà alberi tropicali e altre piante, come orchidee selvatiche e felci Pakis, queste ultime sono frequentemente utilizzate nella cucina balinese come verdure.

Dopo, godetevi un'ora e mezza di massaggio Sujati.

Cena e pernottamento in hotel.



GIORNO 7 | Ubud- South beach (colazione)

Mattina libera, nel pomeriggio. durante il trasferimento a sud di Bali, visita al tempio di Tana Lot che si trova sul mare e al tramonto, con la bassa marea, si può raggiungere e visitare.

GIORNO 8 | South beach (colazione, pranzo, cena)

Colazione in hotel, giorno di riposo e pranzo incluso in hotel.

Nel pomeriggio escursione alla punta più meridionale dell'isola: il tempio di Uluwatu appeso su una scogliera con un precipizio di oltre 100 metri sul mare.

Dopo la visita al tempio, c'è la possibilità di assistere a una performance delle danze balinesi più spettacolari, la Kecak Dance - nota anche come Monkey Dance. Subito dopo la performance, trasferimento a Jimbaran per la cena, prima di tornare in hotel.

GIORNO 9 | Partenza da Bali (colazione)

Colazione in hotel, all'orario previsto trasferimento diretto all'aeroporto di Denpasar per prendere il volo per la vostra prossima destinazione.

Prezzo per persona in doppia € 2.400,00

Volo non incluso

PREZZO INCLUDE

- Tour e trasferimenti come indicato nell' itinerario con veicoli con aria condizionata.
- Guida in italiano o in inglese.
- Entrate e donazioni nei siti.
- Sistemazione in hotel categoria 4 o 5 stelle.

- Pasti come specificato nell'itinerario.
- Tasse e servizi.

IL PREZZO NON INCLUDE

- Voli internazionali e nazionali.
- Pasti non indicati nel programma.
- Mance e altre spese personali.