

REFERÊNCIA DO TOUR
LKP5Z3D8R5

Tour de Meditação e Yoga (5 Dias)

5 dias · 4 noites | Tour privativo com motorista-guia

Imagem gerada por IA · não é uma fotografia real

Sobre esta experiência

Este passeio de cinco dias centra-se num retiro de ioga e meditação na região montanhosa de Kandy, com deslocações de transporte privado com motorista-guia. Após uma transferência inicial do aeroporto que inclui o Orfanato de Elefantes de Pinnawala, os dias restantes seguem o ritmo de um retiro no Kandy Samadhi Centre, combinando prática diária de ioga com tempo para explorar a zona rural circundante e a cidade de Kandy.

Os viajantes usufruem de um equilíbrio estruturado entre atividade e serenidade: sessões de ioga cada tarde, terapias Ayurvédicas, observação de aves, banhos em rio, caminhadas até cascatas e montanhas de Knuckles, uma introdução culinária às especiarias do Sri Lanka, e visitas a tradições artesanais locais como talha de gemas, entalhe em madeira e batik, além de um espetáculo de dança cultural cingalês. Um dia é também reservado para ver o lago de Kandy, as ruas e o Templo da Relíquia Sagrada do Dente.

O passeio é adequado para viajantes que desejam uma experiência de retiro genuína em vez de um programa repleto de visitas turísticas, sendo que a localização na região montanhosa do Samadhi Centre proporciona privacidade e tranquilidade durante toda a estadia.

Itinerário dia a dia

Dia 1 Aeroporto → Kandy / Digana

Transferência do aeroporto para o Kandy Samadhi Centre, um retiro localizado entre arrozais e colinas de Kandy, com parada no Pinnawala Elephant Orphanage no caminho.

Kandy Samadhi Centre

Um retiro localizado entre as colinas de Kandy, cercado de murais e antiguidades de Kandy, com suítes que abrem para os arrozais. Oferece prática de ioga e uma variedade de terapias ayurvédicas, com uma sessão de ioga à tarde para se acomodar à estadia.



Pinnawala Elephant Orphanage

Um santuário na província de Sabaragamuwa para elefantes jovens deslocados ou perdidos do seu habitat natural, lar de um dos maiores grupos de elefantes cativos do mundo.

Bernard Gagnon · CC BY-SA 3.0

Technical Tours

Visitas que apresentam tradições artesanais locais como lapidação de gemas, escultura em madeira e batik, juntamente com um espetáculo de dança e música tradicional de Kandy.

Dia 2 Kandy / Digana

Um dia explorando a cidade de Kandy, situada em torno do seu lago e enquadrada por colinas florestadas.



Kandy e o seu lago

A cidade centra-se no seu lago, muitas vezes envolvido pela névoa das terras altas, com casas coloridas situadas contra as colinas florestadas circundantes.

Ji-Elle · CC BY-SA 3.0



Templo da Relíquia Sagrada do Dente

Um templo de telhado dourado que alberga a relíquia do dente de Buda, a mais importante relíquia budista do Sri Lanka.

A.Savin · FAL

Dia 3 Kandy / Digana

Um dia combinando atividades de natureza no retiro com uma sessão de ioga à tarde.

Observação de pássaros

Observação de pássaros pela manhã no centro do retiro.

Banho no rio e caminhada até à cascata

Uma caminhada até uma cascata próxima seguida de um banho no rio para se refrescar.

Caminhada na montanha Knuckles

Uma caminhada opcional nas montanhas Knuckles para quem desejar um dia mais aventureiro, com vistas dos picos circundantes.

Prática de ioga

Uma sessão de ioga à tarde nas envolventes tranquilas do retiro.

Dia 4 Kandy / Digana

Um dia de caminhada na floresta e uma introdução à culinária do Sri Lanka, com ioga novamente à tarde.

Caminhada na floresta

Uma caminhada guiada pelas paisagens florestais próximas.

Sessão de culinária com especiarias

Uma sessão prática para aprender a usar especiarias locais na preparação de comida autêntica do Sri Lanka.

Prática de ioga

Uma sessão de ioga à tarde nas envolventes serenas do retiro.

Dia 5 Kandy → Aeroporto

Um transferência final por guia motorista até ao hotel de praia ou aeroporto, encerrando o retiro.

O que está incluído

INCLUÍDO

- Transport in a Private Vehicle, inclusive of, cost of fuel, parking & highway tolls.
- Service of an English-Speaking Chauffer Guide throughout the tour.
- All prevailing taxes and service charges (Except for Credit Card Charges).

NÃO INCLUÍDO

- Hotel Accommodation.
- Entry Visa Fees
- International / Domestic Airfare.
- Any expenses of personal nature.
- Entrance fees to the respective sites.