

@YOGADAYOGA ZEYNEP ŐENSOY İLE  
2024 ANTALYA

# HATHA & YÜZ YOGASI KAMPI

*Yogadayoga*





Sorularınız için Whatsapp mesaj hattı 0538 278 3939

## Yeryüzü cenneti Antalya'dan merhaba!

Sadece denizinden bahsetmiyorum. Doğası, tarihi, sanatı, şehri ile herşeyi ama herşeyi yaşayabileceğiniz dünyanın sayılı şehirlerden birisi burası.

Başlıkta adet olduğu üzere "kamp" diyorum ama aslında sizi; tek başınıza veya sevdiklerinizle, **şehrin gürültüsünden doğaya** davet ediyorum. Bedenimize ve yüzümüze şifa olacak pratiklerimiz de işin bahanesi olacak.

Geyikbayırı'nda yapacağımız 7. kampımızın detaylarını ilerleyen sayfalarda görebilirsiniz.

Şifa olması dileğiyle.

Sevgiler,  
*Zeynep Sensoy*



# 2024

## Antalya Kamp Tarihleri (4 Gece, 5 Gün)

1. KAMP

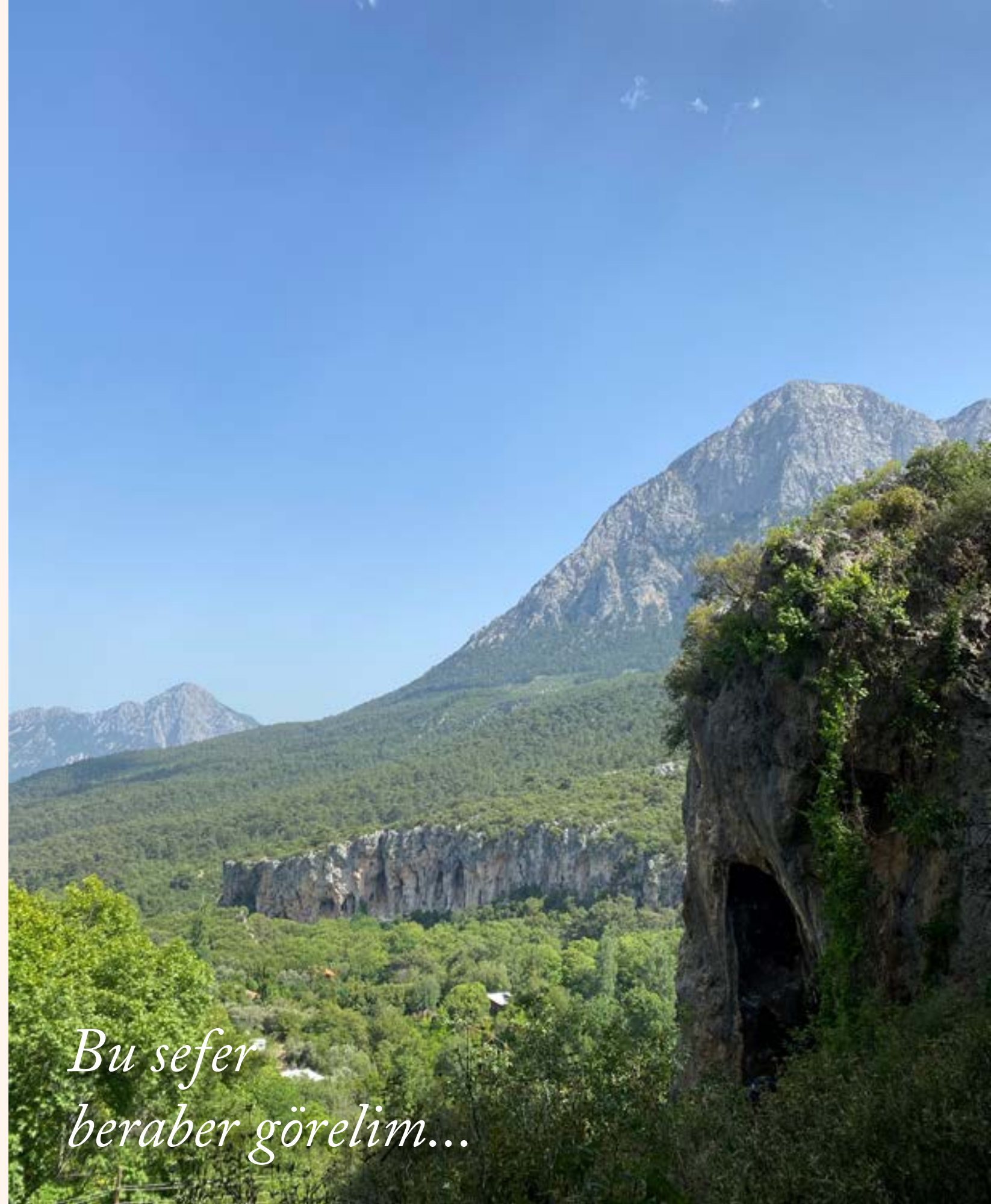
**22 - 26 Mayıs**  
*Çarşamba'dan Pazar'a*

2. KAMP

**26 Ekim - 30 Ekim**  
*Cumartesi'den Çarşamba'ya*

**HEMEN KAYIT OL**

*Bu sefer  
beraber görelim...*





*Yogadayoga*

# Kamp Programı







# 5 gün boyunca Hatha Yoga & Yüz Yogası

Herşeyden önce buluşmamızın ana amacı Yoga. Tabii ki her günümüze yoga ile başlayıp, yoga ile bitireceğiz. Hergün 2 tip dersimiz olacak.

**1. Hatha ve Yin Yoga:** Doğanın içindeki bu güzel ortamda yoga yapmanın keyfini bambaşka. Her dersten çıktığınızda bedeninizin daha da rahatladığını ve kendi esneklik alanınızın genişlediğini hissetmenizi umuyorum.

**2. Yüz Yogası:** Yüz temizleme ve yüz yogası pozlarını kendi cildinizde uygulayacağınız bu derslerden sonra farkı hemen aynada göreceğinizi umuyorum.

*Derse gelenlerin hiçbir ön bilgiye sahip olmasına veya yoga geçmişinin olmasına gerek yoktur.*





## Hergün Doğada Yürüyüş

Antalya'dayız. Bulduğumuz yerler yürüyüş sevenler için çok güzel rotalara sahip. Hatta meşhur Likya Yolu'nun başlangıcı da burası.

Kalkıp 500 km yürüyememek de en azından bir yerinden başlayıp tatlı tatlı yürüşler yapalım. Yürürken sohbet edelim, kaynaşalım.

Berber olacağımız 5 gün boyunca isteyenlerle gün içinde yürüyüşlerimiz de olacak.

*Derse gelenlerin hiçbir ön bilgiye sahip olmasına veya yoga geçmişinin olmasına gerek yoktur.*





## Tarihin içinde eşsiz bir koy.. **Phaselis Günü**

5 günlük kampımızda havanın en uygun olacağı günde Phaselis Antik Kenti'ne gidiyoruz. Roma ve Antik Yunan zamanını görmüş bu büyülü tarihin içinden geçtiğimizde ise Antalya'nın hem kumu hem de denizini ile en EŞSİZ bir plajdanda olacağız. Mayo ve havlularınızı almayı sakın unutmayın!

*Phaselis Koyu'na girmek için Phaselis Antik Kenti'nde olmamız gerekiyor. MüzeKart'ı olanlar buraya ücretsiz girebiliyor. MüzeKartı olmayanlara bu seyahatin bir hediyesi olarak MüzeKartı biz veriyoruz. Aman kimlik kartınızı unutmayın!*





## Yaşınız kaç olursa olsun... **Kaya Tırmanışı**

Antalya Geyikbayırı'na dünyanın öbür ucundan bile gelen turistler var. Peki neden? Burası Avrupa'nın en fazla kaya tırmanış rotası olan yerlerinden biri!

Bir gün yoga sonrası bu rotalardan başlangıç seviyesinde bir rotaya birlikte gideceğiz. Dünyanın en büyük zirvelerini görmüş profesyonel bir hoca bize hem kaya tırmanışı hakkında bilgi verecek, hem de isteyenlere bu keyifli ve güvenli sporu denetecek.

*Kaya tırmanışı yapmak istemerseniz dahi mutlaka gelmenizi ve en azından seyretmenizi tavsiye ederim.*





# Kamp Ücreti

## KAMP TARİHLERİ

1. Kamp: 22 Mayıs - 26 Mayıs Çarşamba'dan Pazar'a
2. Kamp: 26 Ekim - 30 Ekim Cumartesi'den Çarşamba'ya

### Ücrete dahil olanlar:

KDV  
Konaklama  
Antalya H.A. - Geyikbayırı  
Geyikbayırı - Antalya H.A. transfer  
Bütün Yoga dersleri  
Bütün Gezi Ücretleri  
Tırmanış Dersi Ücreti  
Seyahat sigortası  
Kahvaltı, Ara öğün, akşam yemeği  
Gün boyu kahve, su

### Ücrete dahil olmayanlar:

Uçak Bileti  
Bizimle Antalya Havaalanı'nda  
buluşamayacaklar için transfer

2 kişi kayıt olursa

1 Katılımcı ücreti  
**28,000 ₺**

*Odalar 2 kişiliktir.*

1 Katılımcı ücreti  
**26,000 ₺**

*Odalar 2 kişiliktir.*

**HEMEN KAYIT OL**

<https://yogadayoga.com/atolye/402>

Sorularınız olursa

**Whatsapp Mesaj 0538 278 3939**



# Sıkça Sorulan Sorular?

## Daha önce hiç yoga yapmamış biri için bu kamp uygun mu?

Hem de çok uygun! Derslerin zorluğu açısından soruyorsanız, kamplarımızda yoga dersleri başlangıç seviyesinden başlar, bu noktadan sınırlarımızı keşfederek ilerliyoruz. Zaten kimseyle bir yarışımız da yok.

Ayrıca Maçahel, doğası ve pratik yapacağımız stüdyomuz ile yogayla tanışmak için yeni başlayanlara mükemmel bir ortam sunar.

## Yoga yapmayacak bir tanıdığımı da kampa getirebilir miyim?

Bunu tercih etmiyorum. Sizin de tercih etmemenizi tavsiye ediyorum. Kampta yanınızdakilerin aynı deneyimi yaşıyor olması, sizin de yoğunlaşmanıza yardımcı olur.

Hem bu yüzden, hem de araçlardaki kapasitemizden katılımcıların kamp programına uymalarını isterim.

Şu ana kadar sadece gezmeye gelmek isteyen çok kişi gördüm... İnanın, oralarda yapacağımız derslere katılmak, bu deneyimin ayrılmaz bir parçası ve eminim herkese iyi gelir. Bana güvenin veya söyleyin güvensinler!

## Tek başıma kalabilir miyim?

Normalde tüm odalar balkonludur. Tek kişi konaklamak isterseniz pansiyonun üst kısmında bulunan balkonsuz odalarda konaklatabiliriz.

## Ödemeyi nasıl yapabilirim?

Kamp ödemesini kredi kartına taksitle veya peşin banka havalesi ile yapılabilir.

## Taksitle Ödeme İmkkanı var mı?

Kredi kartı ile websitesi üzerinden ödemelerde vade farkı komisyonu ile taksit imkanı bulunmaktadır.

## Havale için Hesap Bilgileri?

Bee Akademi Eğitim ve Turizm Hizmetleri Ltd. Şti.  
TR83 0006 7010 0000 0076 8482 12

## Fatura alabilir miyim?

Elbette.

## Ne Zamana Kadar iade alabilirim?

(Banka ve dijital ödeme komisyon bedelleri hariç)  
15 gün kalana kadar ücretin tamamını, 3 gün kalana kadar da ücretin %50'ini alabilirsiniz.

## Başka sorunuz olursa

**Whatsapp Mesaj 0538 278 3939**



Şu keyife

**HEMEN KAYIT OL**





# BİZİM UÇUŞ BİLGİLERİMİZ

## **Kampa Giderken**

09:40 İstanbul H.A - 11:05 Antalya H.A

## **Kamptan Dönerken**

13:30 Antalya H.A - 15:05 İstanbul H.A

**ÖNEMLİ NOT: Uçak biletleri kamp ücretine dahil değildir.**  
Bu nedenle kampa katılmaya karar verdiyseniz,  
geciktirmeden uçak biletinizi ayarlamanızı tavsiye ederiz.

Kamp için buluşma noktamız Antalya Havaalanı.  
Buradan sonra servis araçlarımız ile Geyikbayırı'na hareket edeceğiz.  
Beraber gelmeyi tercih edeceklerin, bizim varış saatlerimize uygun olarak  
Antalya Havaalanına gelmesini rica ediyoruz.









*Görüşmek üzere...*



Yogadayoga

*Dođal olarak güzel...*



Bu kampımız Oyun Kampta Turizm TÜRSAB No:13306 güvencesiyle yapılmaktadır.