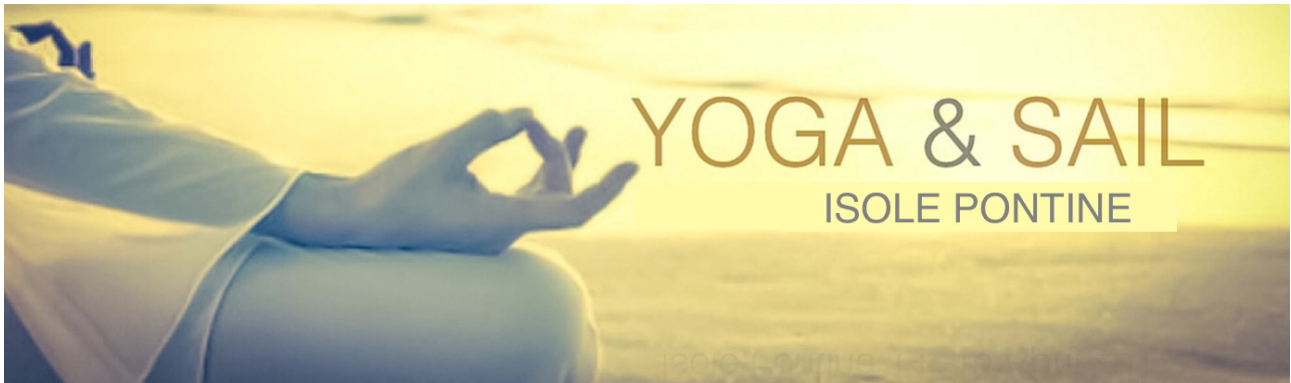




www.sail2sail.it



*"C'è uno spettacolo più grandioso del mare, ed è il cielo,
c'è uno spettacolo più grandioso del cielo, ed è l'interno di un'anima."
(Victor Hugo)*

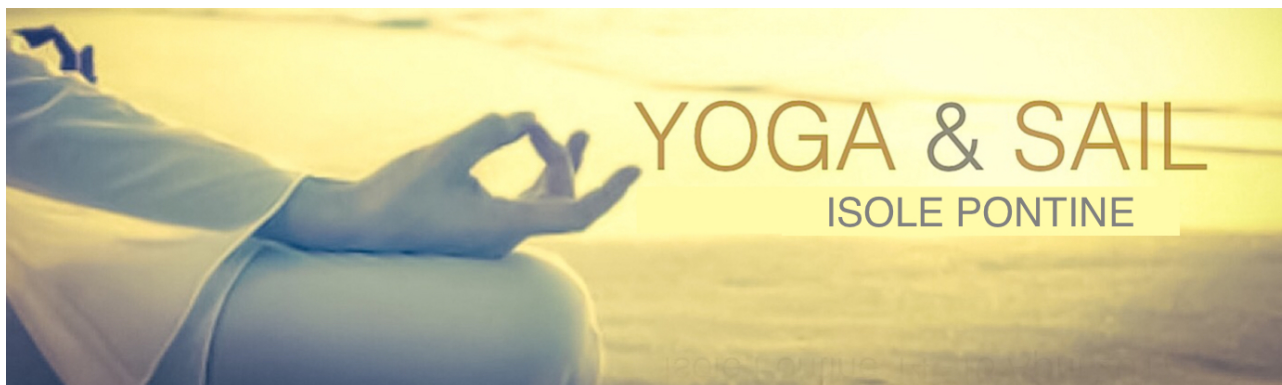
MISSION

La Sail2Sail società leader per crociere in barca a vela propone YOGA&SAIL binomio perfetto per ritrovare equilibrio tra pratica, natura e navigazione a vela.

L'esperienza in barca a vela è un momento di completa rottura dalla quotidianità e una metafora del lasciarsi andare. Un respiro tra la magia e le meraviglie delle Isole Pontine alla scoperta di una costa dalle origini vulcaniche, incantevole ed ancora incontaminata. Si arriva in porto e subito una straordinaria quiete ci pervade. D'un tratto anche il ritmo cardiaco si rilassa, si adegua al lento rollio delle barca. Veleggiando tra le Isole di Palmarola, Ponza e Zannone scopriremo la suggestiva macchia mediterranea per stupirci alla vista delle sue scogliere frastagliate e dalle grotte nascoste di ossidiana bagnate dalle splendide acque color smeraldo.

Un'esperienza unica ed emozionante per risvegliare le proprie energie e per ritrovare l'armonia con la propria essenza nella profonda connessione con gli elementi, dove lo svolgimento della pratica Yoga a contatto con la natura, ricrea la giusta sinergia tra mente, corpo e spirito.

Tutte le attività sia quelle veliche, sia le lezioni di yoga saranno calibrate secondo le capacità e le esigenze di ogni singolo partecipante.



A CHI È RIVOLTA LA NOSTRA PROPOSTA

A chi già pratica yoga e intende viverne l'esperienza completamente immerso nell'ambiente marino grazie alla barca a vela.

A chi è appassionato di mare e di vela e vuole avvicinarsi alla disciplina dello yoga, in cui ascolto, consapevolezza e respiro sono elementi fondamentali.

A chi ha già coniugato yoga e vela nella propria vita, a chi vuole conoscere entrambi.

PROGRAMMA DI MASSIMA

PRIMO GIORNO

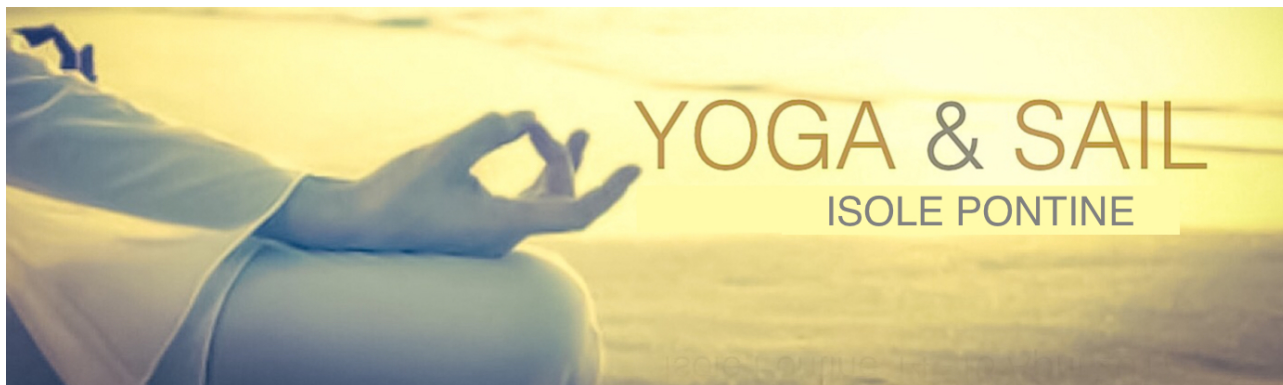
- appuntamento nel primo pomeriggio nel Porto del Circeo o di Formia.
- attività Yoga in spiaggia al tramonto o in location suggestiva nel Parco Nazionale del Circeo o nel Parco Regionale della Riviera di Ulisse.
- imbarco e sistemazione in comode cabine doppie con bagno.
- cena a bordo con prodotti naturali a km 0.
- navigazione notturna con osservazione astronomica.

SECONDO GIORNO

- risveglio dolce con attività Yoga in spiaggia all'alba a Ponza.
- colazione con frutta e prodotti naturali a km 0.
- veleggiata verso la incantevole Isola di Palmarola, nelle cui baie si sosterrà per rilassarsi, per sentire l'energia del sole e godere delle sue meravigliose acque cristalline.
- pranzo a bordo con prodotti naturali a km 0.
- nel pomeriggio, attività con stand SUP up paddle e snorkeling nelle grotte di ossidiana.
- serata in rada con cena a base di prodotti naturali a km 0.
- la serata si concluderà con una piccola meditazione sotto il cielo stellato.

TERZO GIORNO

- colazione e partenza per la bellissima isola di Zannone
- trekking(meditazione in movimento) fino al faro dove arrivati praticheremo una bellissima attività di yoga con un paesaggio mozzafiato.
- snorkeling nelle antiche peschiere romane e pranzo vegano con prodotti naturali.
- rientro al porto del Circeo o Formia al tramonto.



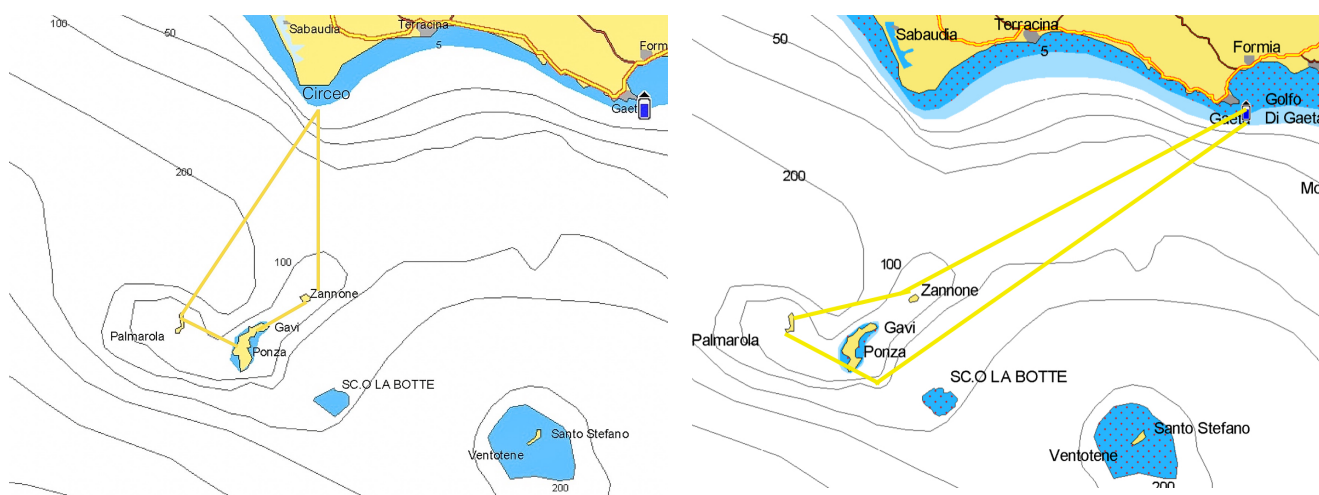
ORGANIZZAZIONE

Sail2Sail include nel suo pacchetto Yoga&Sail: sistemazione in quattro cabine doppie, lenzuola e asciugamani, n.3 lezioni di Yoga, lezione di vela(durante le navigazioni), pratica di Stand Up Paddle e Swim Trekking(durante le soste in rada con assistenza), n.4 pasti e n.2 colazioni, i menu di massima saranno concordati anticipatamente con il gruppo, saranno utilizzati esclusivamente prodotti naturali provenienti dal litorale Pontino, numero di partecipanti 7+Insegnante.

EQUIPAGGIAMENTO

Sacca morbida con vestiario estivo sportivo e comodo, una giacca a vento, maglione o felpa, berretto, occhiali da sole, scarpe con suola in gomma chiara, materassino da yoga o stuoia, maschera e boccaglio.

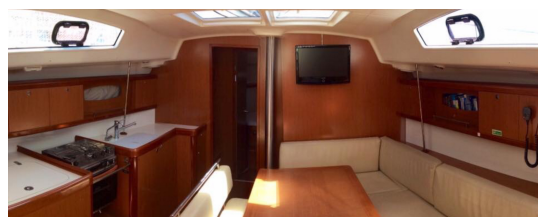
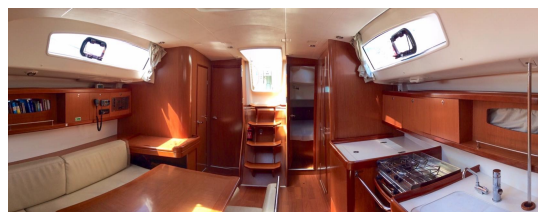
ITINERARIO DAL CIRCEO E DA FORMIA





LA BARCA

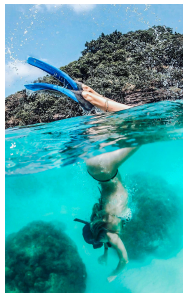
Il Beneteau Oceanis 43 è una imbarcazione di 13 metri progettata per la crociera e per le navigazioni alturiere, la comodità e la luminosità degli interni unita ai grandi spazi esterni ne fanno uno strumento ideale per godere straordinarie veleggiate e indimenticabili notti alla fonda in rada, numerose le dotazioni di bordo e di sicurezza.





LE ISOLE PONTINE

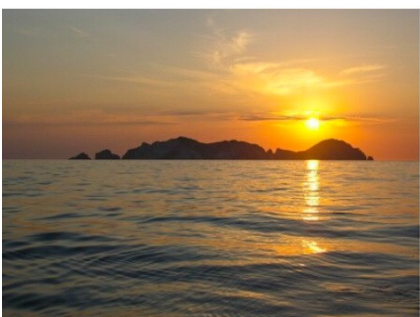
L'Isola di Ponza è la più estesa e la sua fama è dovuta al mare cristallino e alle splendide spiagge luoghi davvero affascinanti per il loro relativo isolamento. Alle meraviglie della natura, si affiancano un patrimonio storico di riguardo e il caratteristico borgo marinaro di Ponza. Tra i vicoli e il porto è possibile immergersi nell'autentica atmosfera mediterranea.

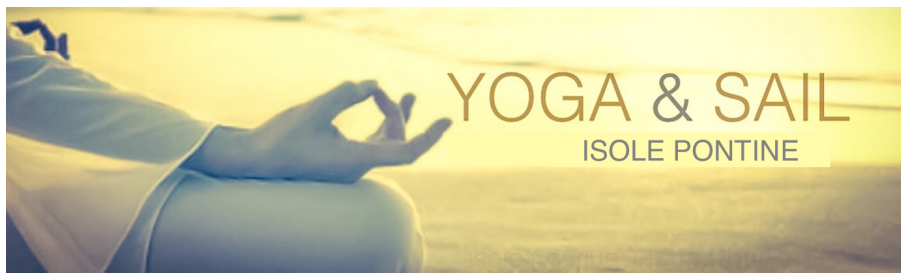


L'Isola di Palmarola la perla del Tirreno incantata e magica, le sue spiagge, grotte, spettacolari scogliere e falesie concorrono a creare uno dei paesaggi marini più belli d'Italia. I meravigliosi fondali offrono possibilità di immersioni, luoghi selvaggi e ricchi di fauna marina, tutti da esplorare.



L'Isola di Zannone fa parte del Parco Nazionale del Circeo, la sua vegetazione lussureggiante regala scenari unici. Sulla piccola isola disabitata è presente la villa del Marchese e i resti di un monastero, raggiungibile percorrendo un sentiero davvero imperdibile che termina con una Peschiera Romana.





VITA DI BORDO

Cambusa: l'alimentazione a bordo rappresenta uno dei momenti aggreganti più importanti della crociera, il nostro cuoco di bordo utilizza esclusivi prodotti biologici del territorio Pontino a km0 preparandoli in modo sano e leggero. È possibile concordare menù per esigenze nutrizionali vegane e senza glutine.

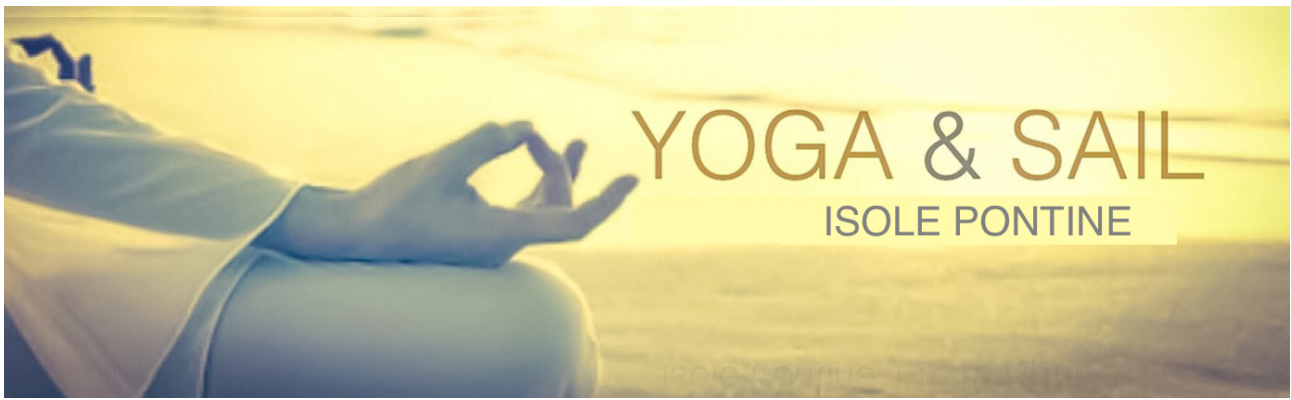


Molteplici le attività da praticare durante il soggiorno a bordo: avremo a disposizione due SUP STAND UP PADDLE e un KAYAK con istruttore per circumnavigare le isole e raggiungere spiagge incontaminate, per gli appassionati di SNORKELING o SWIM TREKKING l'equipaggio vi accompagnerà alla scoperta di grotte e insenature nascoste per un'esperienza indimenticabile.



La convivenza in barca risulta terapeutica e può produrre esperienze con un grado di positiva intimità difficile da ritrovare in altre situazioni. Vita in barca è sinonimo di privacy e di vita contemplativa, ma anche di grande facilità di relazione. La comunicazione trova dei passaggi impensabili nella quotidiana vita di città e permette intese, benché fugaci, solidali ed empatiche al massimo livello.





CONTATTI

SAIL2SAIL SRL

Sede Legale

Via Antonio Locatelli 1

00136 Roma

Sede Operativa

Via Ammiraglio Bergamini 104

04017 San Felice Circeo

Sede Operativa

Molo Vespucci snc

04023 Formia

Telefono

+39 3492300062

+39 3683094983

Mail

info@sail2sail.it

Web

www.sail2sail.it



LISTINO

Quota di partecipazione €600 a persona.

La quota è valida al raggiungimento di un gruppo di 7 persone e comprende: sistemazione in cabina doppia, lenzuola e federe di cotone e n.2 asciugamani di spugna, n.3 attività pratiche di Yoga, lezione di vela(durante le navigazioni), pratica di Stand Up Paddle e Swim Trekking(durante le soste in rada con assistenza), n.4 pasti e n.2 colazioni, i menu saranno concordati anticipatamente con il gruppo, saranno utilizzati esclusivamente prodotti naturali provenienti dal litorale Pontino, l'equipaggio si farà carico dell'approvvigionamento e della preparazione dei pasti.

La quota non comprende: tutto ciò che non è espressamente indicato nel programma.

CONDIZIONI DI PARTECIPAZIONE

Per confermare la prenotazione il partecipante dovrà versare un acconto pari al 50% della quota. Il rimanente 50% dovrà essere versato non oltre 30 giorni prima della partenza.

CONDIZIONI DI RECESSO DEL PARTECIPANTE

In caso di recesso del partecipante verranno applicate le seguenti penalità:

- 30% della quota di partecipazione sino a 30 giorni prima della partenza;
- 100% della quota di partecipazione dal 29esimo al giorno della partenza

In ogni caso nessun rimborso spetta a chi voglia interrompere il viaggio o annullarlo prima della partenza per motivi personali.

NB: Trattandosi di vacanza in barca, a discrezione del comandante il programma di viaggio potrà subire delle variazioni ed in caso di condizioni atmosferiche avverse potrà essere annullato e posticipato a data da concordare con i partecipanti