

JUICY TRAVEL · АВТОРСЬКИЙ ТУР

Portugal Escape Порту · Назаре · Дору

Шість днів біля Атлантики, де вам
не треба нічого вирішувати

1-6 Листопада 2026 | 6 ДНІВ / 5 НОЧЕЙ | ДО 8 УЧАСНИЦЬ | €1400

Три різні Португалії за шість днів

Місто на гранітних пагорбах, виноградна долина зі спадщини ЮНЕСКО і містечко, де ловлять найбільші хвилі планети. Ми не сидимо на одній віллі — ми рухаємось.

Практика щодня

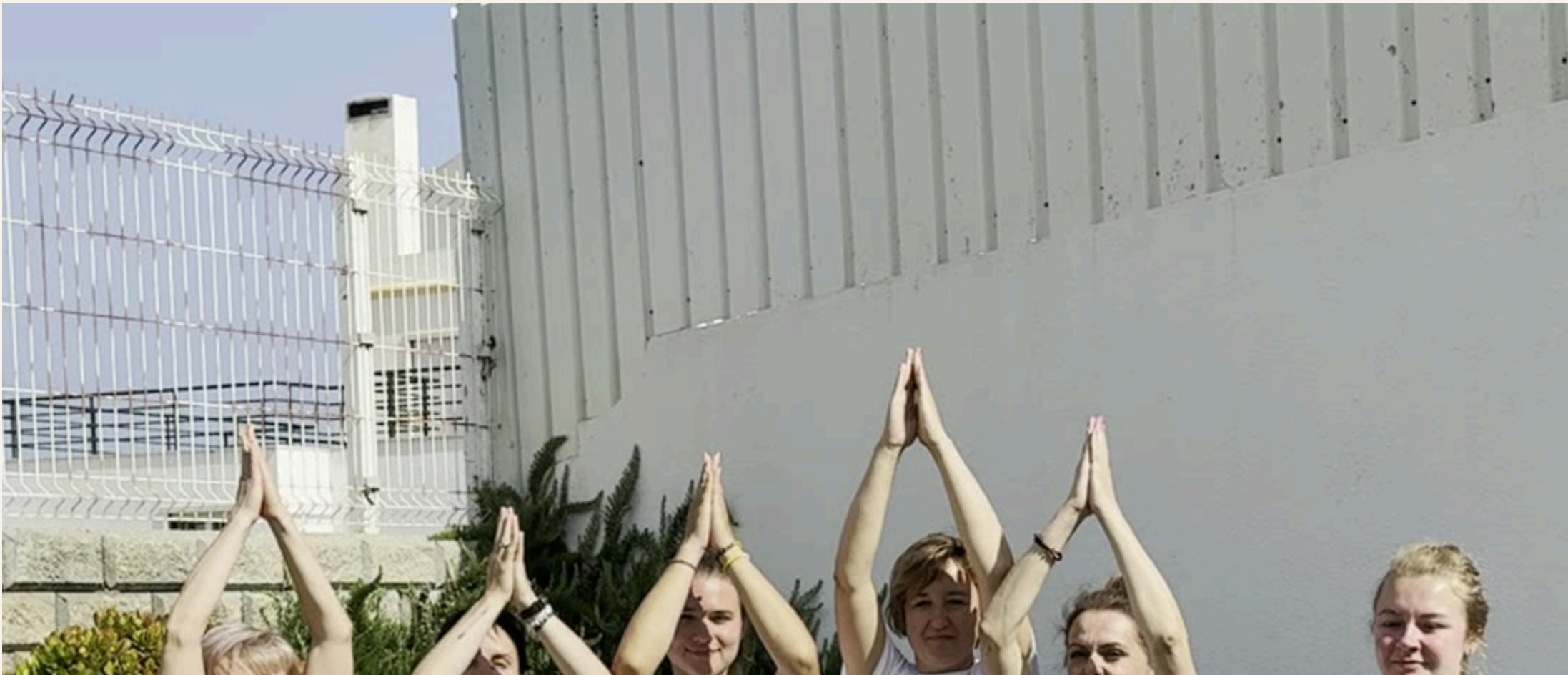
П'ять днів поспіль у терапевтичному напрямі: суглоби, дихання, відновлення. Без езотерики.

До восьми учасниць

З кожною ми знайомимося до поїздки. Ви знаєте, хто їде, до того як платите.

Нічого обов'язкового

Хочете проспати ранкову йогу — спіть. Ніхто не образиться і не питає чому.



Програма по днях

01

Дорога закінчується тут

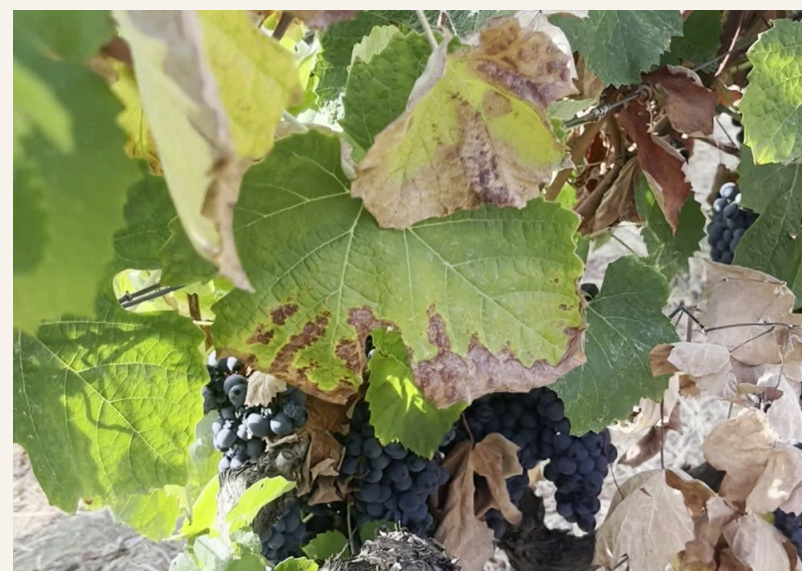
Трансфер з аеропорту, розміщення, знайомство. Увечері — невимушена welcome-зустріч і вечеря на узбережжі з видом на океан. Або час для себе, якщо хочеться тиші.



02

Серед виноградників

Ранкова практика, сніданок — і долина Дору: тераси над річкою, краєвиди зі спадщини ЮНЕСКО, атмосферні містечка і дегустація місцевих вин там, де їх роблять.



03

Перша хвиля

Пробний урок серфінгу з інструктором і спорядженням. Після — бранч, вільний час на відновлення, ввечері прогулянка містом.



Програма по днях

04

Сила Назаре

Місто, відоме на весь світ своїми хвилями.
Листопад — той самий сезон. Прогулянка, панорамні точки, історії цього місця і час просто подивитися на океан.



05

Йога з павичами

Ранкова практика в садах Palácio de Cristal — одному з найкрасивіших місць Порту. Далі неспішний ранч і знайомство з містом. Увечері на заході сонця — підсумки подорожі на березі океану.



06

Повільний сніданок

Ранок без поспіху: довгий сніданок за спільним столом, розмови, враження. Далі — трансфер в аеропорт.



П'ять ночей у готелі 5 зірок — а не спільна кімната у віллі

Hotel Solverde Spa & Wellness Center, Еспінью. Двадцять хвилин від центру Порту і сто метрів до океану. Спа, басейни, сніданки. Готель ми обрали й перевірили особисто.



Кадри — узбережжя поруч і наші сніданки. Фото номерів і рейтинг готелю дивіться в першоджерелі на [booking.com](https://www.booking.com) — Hotel Solverde Spa & Wellness Center.

- ✓ 5 ночей: заїзд 1 листопада, виїзд 6 листопада
- ✓ Розміщення по дві учасниці в номері
- ✓ Усі сніданки, два з них — в атмосферних закладах Порту
- ✓ Спа і басейн на території у вільний час

Хочете жити сама?

Одномісне розміщення можливе за доплатою. Напишіть нам — назвемо суму під вашу дату бронювання. Ранкова тиша для багатьох і є половина сенсу поїздки, ми це розуміємо.

Дві людини, а не «команда»



Юлія

Практика, маршрут, атмосфера · @juicy_yoga.trvl

- ✓ 8 років особистої практики йоги
- ✓ Веде в терапевтичному напрямі: суглоби, м'язи, дихання, стабілізація, відновлення
- ✓ Створила йога-ком'юніті в Порту на 75+ людей разом з Інгою
- ✓ Понад 20 країн, англійська та іспанська



Інга

Організація, логістика, побут · @inga_petrus

- ✓ Понад 7 років у менеджменті
- ✓ Живе в Португалії з 2024 року, вивчає португальську
- ✓ Створила українське падел-ком'юніті в Порту
- ✓ Понад 15 країн. Цінності: чесність, відкритість, новизна

«Не було відчуття, що я чогось недоотримала або мені було замало. Мені подобається, що ми одночасно і мали програму, і могли варіювати».

— учасниця першого сезону, з переписки



Що входить і що ні

ВХОДИТЬ У €1400

- ✓ 5 ночей у Hotel Solverde 5 зірок, розміщення по двоє
- ✓ Усі сніданки, два з них — в атмосферних закладах Порту
- ✓ Трансфери протягом подорожі, включно з аеропортом
- ✓ Долина Дору з дегустацією вин
- ✓ Поїздка в Назаре
- ✓ Практика йоги щодня, килимки на місці
- ✓ Пробний урок серфінгу зі спорядженням
- ✓ Усі активності на локації
- ✓ Супровід двох організаторок усі шість днів

НЕ ВХОДИТЬ

- Переліт — орієнтир €120–260 туди-назад із Києва, Варшави, Кракова чи Праги
- Обіди та вечері — орієнтир €15–30 на день
- Страхування (допомагаємо оформити)
- Одномісне розміщення — за доплатою
- Особисті витрати

Кому не підійде

Якщо ви чекаєте гучних вечірок до ранку. Якщо хочете за шість днів побачити всю Португалію. Якщо наші цінності вам не відгукуються.



ЦІНА

€1400 —
і ось із чого складається ця цифра

€1400

ЗА УЧАСНИЦЮ · 6 ДНІВ

Як оплачується

Передоплата €500 — фіксує місце. Одразу після неї ви в чаті учасниць.

Решта €900 — до 2 жовтня 2026, за 30 днів до вильоту.

Оплата за реквізитами ФОП, з договором.
Повернення не передбачені — але місце можна передати іншій учасниці.

Якщо група не набереться до 2 жовтня, ми повідомляємо першими і повертаємо передоплату повністю.

5 ночей у готелі 5 зірок на березі океану	близько €600–700
Дору з трансфером і дегустацією + Назаре	близько €200
Урок серфінгу зі спорядженням	близько €40–60
Усі сніданки	входить
Трансфери, включно з аеропортом	входить
Практика щодня, 5 днів	входить
Супровід двох організаторок	входить
Організація і робота двох людей на місці	решта суми

Що взяти з собою

ОБОВ'ЯЗКОВО

- ✓ Зручний одяг для практики (килимки на місці)
- ✓ Куртка або тепла кофта — листопад на океані вітряний
- ✓ Кросівки для прогулянок бруківкою Порту
- ✓ Купальник — спа і басейн у готелі
- ✓ Паспорт, страховий поліс, банківська картка

ПОГОДА В ЛИСТОПАДІ

- ✓ Удень +16...+19 °C, вночі +11...+13 °C
- ✓ Сонячно частіше, ніж здається — але дощ можливий
- ✓ Вода в океані +16 °C, серфінг у гідрокостюмі

ЧАСТІ ПИТАННЯ

- **Я ніколи не займалася йогою.** Практика підлаштовується під тіло, а не навпаки.
- **Я їду сама.** Більшість учасниць їдуть по одній — це норма формату.
- **Чи обов'язково брати участь у всьому?** Ні. Жодного обов'язкового пункту.
- **Скільки вільного часу?** Щодня. Найщільніші — Дору і Назаре.
- **Мене консультуватимуть безкоштовно?** Ні. Тут ви учасниця, а не фахівець на роботі.





1-6 Листопада 2026 · Група до 8 учасниць

Напишіть нам — і ми скажемо, хто вже їде

Дзвінок на 15 хвилин до бронювання: ви питаєте що завгодно, ми відповідаємо прямо. Навіть якщо відповідь — «цей формат вам не підійде».

Telegram @juicyYtrvl | @juicy_yoga.trvl | artemow.online/yoga