



Joogaretriitti Montenegrossa elokuussa 2026

Lähde luontoelämyksiä sisältävälle joogaretriitille Montenegroon 21.8.–26.8.2026 (pe-ke). Majoitumme viehättävään Asuma-retriittikeskukseen vuorille, keskelle vehreää Lovćenin luonnonpuistoaluetta. Asumme luksusteltoissa vuorilla noin kilometrin korkeudessa merenpinnasta. Retriittikeskuksen alueella on kaksi valoisaa joogatilaa, joissa on tarjolla hyvät varusteet iyengarjoogan harjoitteluun (joogamatot, tiilet, vyöt, bolsterit ja huovat).

Retriittikeskus sijaitsee syvällä luonnossa, mutta samalla vain seitsemän kilometrin päässä sympaattisesta Cetinjen kulttuurikaupungista. Elokuu on alueella lämmin vuodenaika. Vuorilla, missä retriittikeskus sijaitsee, päivälämpötila kipuaa yleensä noin 25 asteeseen ja yölämpötila noin 15 astetta. Laaksoissa ja ranta-alueilla päivälämpötilat voivat nousta 30 asteeseen ja jopa yli.

Matkan hinta alk. 1450 (jaetussa 4 HH) euroa sisältää:

- Majoituksen (5 vrk) jaetussa tilavassa (65 m²) neljän hengen luksusteltassa. Neljän hengen teltat ovat varattaissa ainoastaan neljän hengen kaveriporukoille. Majoittuminen kahden hengen teltassa maksaa 1550 euroa per hlö ja yhden hengen teltassa 2000 euroa. Yhden hengen huoneita on saatavilla vain kaksi kappaletta. Ilmoita varauksen yhteydessä, millaiseen teltaan haluat majoittua ja mahdollinen/mahdolliset telttakaverisi (jos ovat tiedossa). Kaikissa huoneissa on omat wc- ja suihkutilat.
- Ohjatut joogaharjoitukset aamuin illoin kokeneen, sertifioidun iyengarjoogaopettajan Katja Liljan ohjauksessa. Harjoitukset sopivat kaikenikäisille, aloitteleville ja pidempään harjoitelleille joogeille. Jokainen tekee harjoitusta omaa kehoaan kuunnellen ja Katja antaa tarvittaessa vaihtoehtoja. Huom! Retkipäivänä on vain piempi aamu- tai iltaharjoitus.
- Täysihoidon: aamupalan, lounaan ja illallisen, paitsi retkipäivänä vain aamiaisen ja illallisen. Nautimme pääosin lähiluonnosta peräisin olevaa kasvisruokaa. Paikan päällä ilmoitettuja ruokavaliomuutoksia ei voi valitettavasti tehdä, joten ilmoitathan mahdolliset allergiat varauksen yhteydessä. Retriittikeskuksessa ei saa tupakoida, eikä siellä ole tarjolla alkoholijuomia.

Lisämaksusta on tarjolla:

- Lentokenttäkuljetukset kohteessa.

Jokainen varaa lennot itse. Lennot eivät kuulu matkan hintaan, mutta matkanjärjestäjä järjestää lisämaksusta yhden kuljetuksen lentokentän ja retrittikeskuksen välillä niin, että se sopii yhdistettäväksi seuraaviin lentoihin:

Tulo pe 21.8.2026: Helsinki – Dubrovnik

07:25 Helsinki Vantaa (HEL) – 09:30 Dubrovnik (DBV)

Lennon numero: Y1831

Lentoyhtiö: Finnair

Lentokenttäkuljetuksen lähtöaika-arvio Dubrovnikin lentokentältä on noin klo 10.30

Paluu ke 26.8.2026 Tivat – Helsinki

13:20 Tivat (TIV) – 17:20 Helsinki-Vantaa (HEL)

Lennon numero: D8 2829

Lentoyhtiö: Norwegian Air Sweden

Lentokenttäkuljetuksen lähtöaika-arvio Ashuman retrittikeskuksesta on noin klo 9.

Lentokenttäkuljetus maksetaan kohteessa ja sen lopullinen hinta määräytyy osallistujamäärän mukaan. Hinta-arvio edestakaiselle kuljetukselle on noin 100–120 euroa per henkilö. Lennot maksavat tällä hetkellä (20.10.2025) noin 100–130 euroa per suunta.

Myös muita lentoja ja lentoyhtiöitä on mahdollista käyttää (esim. Lufhansa lentää Dubrovniin), mutta huomioithan, että lentokenttäkuljetus sovitetaan yllä mainittuihin suosituslentoihin.

- Kokopäiväretki, johon kuuluu opastettu vaellus upeissa maisemissa kansallispuistossa sekä visiitti kulttuurikaupunki Cetinjeen ja opastettu kävelykierros siellä. Patikointi alkaa

Kosmachilta, joka on itävaltalainen linnoitus. Sieltä lähtee vaelluspolku kohti Sveti Stefanin saarialuetta. Vaellus päättyy meren rannalle, jolloin voit halutessasi uida. Päivän päätteeksi suuntaamme kulttuuriperintökohteeseen Cetinjeen, joka on pieni, historiallinen kaupunki, jossa on luostari ja museoita.

Retki toteutuu, jos sille ilmoittautuu vähintään kymmenen henkeä ja se maksetaan vasta perillä kohteessa. Ilmoita matkavarauksen yhteydessä, haluatko osallistua retkille. Retken hinta ja toteutuminen vahvistetaan lähempänä matkan ajankohtaa. Retken hinta määrittyy tarkemmin, kun osanottajamäärä on selvillä. Hinta-arvio on noin 100–120 euroa per henkilö.

Tarkempi matkaohjelma lähetetään kaikille osallistujille noin viikkoa ennen matkaa.

Matkan varaaminen ja maksaminen:

Varaa paikkasi katja@katjalilja.com Paikkoja on rajoitetusti. Ilmoita varauksen yhteydessä seuraavat tiedot:

- Matkan nimi? Montenegro2026
- Nimi?
- Osoite?
- Puhelin?
- Email?
- Syntymäaika?
- Minkä huonetyypin haluat varata? Huomaa, että 1 HH on tarjolla vain kaksi kappaletta.
- Huonekaverin/kaverien nimet? (jos tiedossa)
- Mahdolliset allergiat?
- Oletko kiinnostunut osallistumaan retkelle?
- Osallistutko yhteiskuljetuksiin lentokentän ja keskuksen välillä? Millä lennoilla kuljet?

Kun saat vahvistuksen siitä, että mahdut mukaan matkalle, maksa varausmaksu (viestiksi nimesi ja Montenegro2026) tilille: Balanssi Training Concepts FI06 5780 3820 1172 64 seuraavasti:

- Kahden tai neljän hengen telta: 690 euroa per hlö
- Yhden hengen telta: 740 euroa per hlö

Varausmaksua ei palauteta, mutta se vähennetään loppusummasta. Varausmaksun maksaminen vahvistaa paikan sinulle.

Loppumaksu, 760 euroa/hlö (jaettu 4 HH), 860 euroa/hlö (jaettu 2 HH) tai 1260 euroa/hlö (1 HH) maksetaan noin kolme viikkoa ennen matkan alkamista.

Muistathan varata myös lennot mahdollisimman pian.

Vakuutukset:

Et ole vakuutettu matkanjärjestäjän eikä rettiittikeskuksen puolesta. Varmistathan, että matkavakuutuksesi on voimassa ja että se sisältää myös peruutusturvan. Näin saat parhaan hoidon nopeasti, jos sairastut matkalla, ja saat turvaa, jos joudut sairastumisen vuoksi peruuttamaan matkasi. Matkatavaravakuutus turvaa matkatavarat esimerkiksi katoamisen ja rikkoutumisen varalta.

Lämpimästi tervetuloa mukaan matkaan!

Katja

www.katjalilja.com

Balanssitraiding/Balanssitavel on kilpailu- ja kuluttajaviraston rekisterissä oleva vastuullinen matkanjärjestäjä. Tutustu matkanjärjestäjän erityismatkaehtoihin napauttamalla [tästä](#).