

"Lombok surfing, snorkeling & pilates "

RETREAT

5 - 11 Diciembre de 2027

Organised by: ANA ORTEGA

MOALÚ









Bienvenidos

Soy Ana, creadora del proyecto de Moalú Experience,
marca que está detrás de todos estos Retreats y que se va a encargar de hacerte vivir experiencias únicas e increíbles.

Te cuento un poco mi historia, así como la de la marca:
Soy exgimnasta nacional de gimnasia rítmica que tras dejar el deporte de competición empezó a buscar nuevos hobbies. Así es como de repente,apareció el surf y encontré un nuevos estilo de vida. Esto me impulsó a intentar buscar la manera de combinar los dos deportes que más me apasionan y que llevo practicando desde pequeñita y así fue como surgieron mis Retreats.

Hace unos meses he sido mama y tengo una bebé preciosa,
y por ello, he creado mi propia marca de Retreats, para que aunque yo este o no (porque me encantaría ir a todos pero no te lo puedo asegurar, por lo menos todavía) puedas vivir exactamente la misma experiencia que conmigo, pero de la mano de personas bonitas que van a hacerte disfrutar de cada instante.

Parece que no, pero ha pasado ya bastante tiempo desde que empecé (pues ya van más de 4 años) y solo puedo deciros que sigo feliz de hacer lo que hago, porque me llena el alma compartir estas experiencias con vosotros y rodearme de gente que contagia buenas vibras.

Como habéis podido comprobar, somos cada vez una familia más grande y bonita y me encantaría que tú también fueras parte de ella...!



Recap:

6 Noches y 7 días

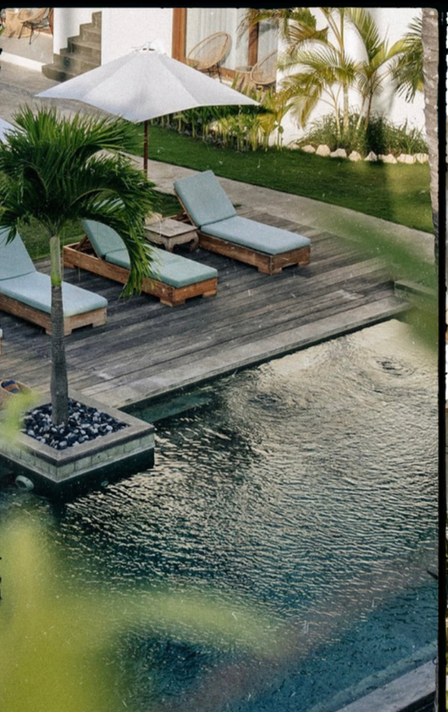
5 - 11 de Diciembre de 2027

Lombok (Indonesia)

14- 16 Pax

1.670€





Alojamiento

Estaremos las 6 noches ubicados en uno de los hoteles de mayor reputación de la isla, en el Sikara Hotel Boutique, un alojamiento que cuenta con unas instalaciones espectaculares, súper cuidado y detallado, rodeado de frondosa naturaleza y con unas vistas increíbles.

Aquí tendremos cada día el Brunch, realizado por el personal del hotel cada día a primera hora y dependiendo de las condiciones del surfing, desayunaremos o bien antes o bien después.

Podrás elegir entre tostadas, smothie bowl de frutas, pancakes o desayuno americano y a todo esto habrá que añadirle que tendrás un plato de fruta, un zumo natural y un café de espacialidad incluído también.

La distribución de las habitaciones será de dos en dos, y las camas, a menos que me lo digáis, serán individuales.

Además,este hotel dispone de una piscina privada y cuenta también con jardín como podéis ver en las imágenes, además de ser un restaurante de comida esañola con un nivel espectacular.

*Por la distribución de habitaciones no os preocupéis porque una vez estemos allí nos organizaremos y de normal, todo el mundo viaja solo y nos hacemos familia rapidísimamente, asíque, no hay de qué preocuparse!


PREMAN



Clases de surf

Tendremos 3 sesiones de surf,
dirigidas por coachs que nos llevarán a los spots más bonitos y sencillos para surfear. El número de alumnas por profesor siempre suele ser 2/3.

Además, tendremos surf para los diferentes niveles y las olas de esta isla concretamente son súper sencillitas y muy, muy bonitas tanto como para dar los primeros pasos en el surf, como para disfrutar de ellas y mejorar la técnica.

Las sesiones establecidas de clases oficiales son 3, todas las que salgan fuera de estas 3 habrá que pagar o bien el alquiler de material,
o bien las sesiones a parte en el caso de que quisieran hacerse más.

*Las sesiones de surf dependen siempre de las condiciones del mar y las clases se darán siempre y cuando los profesionales consideren que las condiciones son óptmas. En caso contrario, se buscarán actividades alternativas que no pongan en peligro la integridad tanto de los profesionales como de los clientes.

En estas sesiones está incluído el desplazamiento en coche, el uso del material (tabals de surf de calidad) y las salidas en barco hasta la ola.





Sesiones de Flow Stretching

Vivir el momento, escuchar nuestro cuerpo y nuestra mente.

Las sesiones de Flow Stretching están dirigidas y adaptadas a todos los niveles.

Aprenderemos mediante la conexión con la naturaleza a mostrar a nuestro cuerpo una nueva manera de trabajarlo y de sentirnos mucho mejor.

Quizá alguno de los días podamos acudir a la playa si hace buen tiempo y aprovechar este increíble spot para hacer un Sunset Stretching, una sesión que sin duda, será mágica e inolvidable.

Combinaremos nuestra práctica con el sonido del mar.

En general, estas clases consisten en una experiencia especial de introspección y de cuidado personal, y una manera de ofreceros la posibilidad de llevaros a casa el bagage necesario para poder incluir algunos de estos estiramientos en vuestra rutina diaria.

Excursión Snorkel Gili´s

Uno de los días,
cruzaremos la isla de Lombok entera para poder llegar hasta el puerto, donde dependiendo del tiempo y de las condiciones del mar, cogeremos un barco que nos llevará a visitar las islas Gili.

Aquí tendremos la oportunidad de visitar estas increíbles islas,
en la que podremos hacer snorkel tanto con tortugas marinas como con las estatuas que hay sumergidas en estas aguas.

Además de esto,
bajaremos también para visitar la isla y comer por allí algo de comida local.

En estas islas pasaremos el día completo,
disfrutando de sus aguas cristalinas y de su increíble fauna y cultura.

Todo ello será realizado contando con empresas locales para que nos acerquen a su cultura desde la verdadera esencia de estas ilas mágicas.



Excursión Cascadas

Otro de los días,
cruzaremos la isla de Lombok para poder llegar hasta estas increíbles cascadas, donde se puede apreciar la fuerza y la magnitud de la naturaleza en este territorio.

Aquí tendremos la oportunidad de hacer una pequeña ruta de senderismo para llegar en primera instancia a una cascada más pequeñita (a unos 10-15 min) de la llegada, y cuando acabemos esta, realizaremos una ruta de aprox. 45 minutos hasta llegar hasta la cascada más grande.

En estas nos podremos bañar,
pero es importante tener en cuenta que debemos ir tapadas y para ello, tenemos que llevar bañador (no bikini) o bien, ponernos tipo un pareo o sharong (así lo llaman allí) porque estas aguas son "sagradas" y no está permitido bañarse sin.

En estas cascadas pasaremos prácticamente también el día completo, porque saldremos después del Brunch y cuando acabemos la visita pararemos a tomar algo allí, y una vez estemosm, ya saldremos de vuelta a casa.





Pilates Reformer

Durante la estancia en esta increíble isla,
aprovecharemos también para combinar varias disciplinas deportivas,
entre ellas, pilates reformer.

Uno de los días acudiremos al centro de Maru Lombok,
ubicado también en la zona de Kuta, cerquita de donde estamo alojadas, donde realizaremos una sesión de pilates dirigidas y enfocada principalmente al surf.

No te preocupes si no has practicado esta disciplina antes nunca,
está dirigida desde niveles de iniciación hasta avanzados (cada una se puede regular la intensidad) y estaremos allí para ayudarte en todo momento.

Para esta sesión, si pudieras traerte un outfit que mezcle los colores blancos y negros sería ideal, porque así podemos crear contenido súper cute y nos saldrán unas fotos para el recuerdo increíbles.

Las sesión dirigida será 1,
y dividiremos al grupo en 2 para poder realizar esta sesión con todo el mimo y el cuidado del mundo. Si te apeteciera hacer más, siempre puedes ir al centro y apuntarte de manera personal a las que te apetezcan!

Otras actividades

Además de todo lo comentado,
uno de los días subiremos a un chiringuito que hay situado en
una increible colina a ver el sunset, donde disfrutaremos de unas vistas mágicas y un entorno privilrgiado.

También tendréis tiempo libre para poder disfrutar de la isla,
de su cultura, ir a haceros masajes y probar restaurantes del lugar.

Serán unos días mágicos,
prepatados con todo el cariño del mundo para haceros disfrutar y hacer de este viaje una experiencia inolvidable.





Incluye:

- Desplazamiento de ida y vuelta desde el aeropuerto de Lombok hasta el hotel (os recoemos y os llevamos con drivers) y todos los transportes.
- 6 noches de alojamiento en un Hotel Boutique Sikara y 7 días en la isla.
- Brunch en el hotel (incluyen tostadas, fruta, zumos naturales y cafés).
- 3 sesiones de surfing con clases y material. (Un profe cada 2 alumnos, 2h de clase)
- 1 sesión de Pilates Reformer
- 2 Sesiones de Flow Stretching.
- 1 Clase de Barre
- Excursión a las Islas Gili o Secret Island donde haremos snorkel con tortugas marinas.
- Excursión a una de las cascadas más conocidas de la isla.
- Fotos y vídeos de la experiencia (fotógrafa profesional durante algunos momentos puntuales del retreat para crear contenido de la experiencia).
- Actividades sobre la marcha en diferentes spots/restaurantes/lugares surfers.
- Despazamientos marcados para las actividades con coches de alquiler para movernos por la isla durante estos días.

Excluye:

- Vuelos (PD: los vuelos os los mando para que voléis juntos todos: ten en cuenta que se vuela el día de antes y se llega a España el día de después).
- Comidas y cenas (costarán entre 8€/10€ aprox.)
- Seguro (OBLIGATORIO el IATI MOCHILERO) - os enviaremos el link al crear el grupo

Vuelos recomendados:

Tened en cuenta que es importante que lleguéis en los horarios parecidos a los vuelos recomendados,
porque los transfers contratados del aeropuerto al alojamiento, serán en esos horarios.



En caso contrario,
tendréis que contratar un transfer privado que costara 20/25€ por trayecto.
Yo os puedo ayudar a gestionarlo, pero correrá por vuestra cuenta.

POLÍTICA DE CANCELACIÓN

Una vez hecho el pago completo de la plaza:

- Entre 4 y 3 meses antes: devolución del 50% del segundo pago
- Entre 3 y 2 meses antes: devolución del 25% del segundo pago
- Menos de 2 meses antes: sin devolución
- En todos los casos, el depósito no se reembolsa.

Precio:

Como reservar tu plaza:

- 1º: Realizas un primer pago de 670€ mediante transferencia a este número de cuenta:

ES65 1583 0001 1490 7266 9160

2º: Compramos los vuelos .

- 3º: Realizas una transferencia de 500€ a este número de cuenta de nuevo en Agosto:

ES65 1583 0001 1490 7266 9160

- 4º: Pagas 500€ en efectivo, en euros al llegar.

Si tienes alguna duda, puedes ponerte en contacto conmigo o bien por instagram o bien por email: ortegaprz@gmail.com



¿Te unes?

Welcome to the paradise.
En todo momento vas a estar acompañado y te aseguro,
que va a ser la mejor experiencia de tu vida.

