

MARIKA BORG

# Marikan matkassa!

HYVÄN OLON  
HUIPPUMATKOJA  
JUURI SINULLE

[Marikanmatkassa.fi](http://Marikanmatkassa.fi)





# Kokonaisvaltaisia hyvinvointimatkoja

**Marikan matkassa -hyvinvointimatkojen uusi upea konsepti tarjoaa ainutlaatuisia ja kokonaisvaltaisia wellness-matkoja. Hyvinvoinnin huippuasiantuntija Marika Borg on toteuttanut erikoismatkatoimisto Kon-Tiki Toursin kanssa useita vaellus-, jooga- ja mindfulness-matkoja ja lisää on tulossa.**

**Marikan matkassa viihdyt varmasti, jos haet lomaltasi jotain ihan muuta kuin seuramatkaa: Luvassa on kokonaisvaltaista hyvinvointia, lepoa, koulutusta, harjoituksia, aktiviteetteja, terveellistä ruokaa, kauniita maisemia ja etenkin saman henkistä matkaseuraa.**



**MARIKA BORG** on erikoistunut yksilön ja ryhmien voimavarojen vahvistamiseen, persoonallisuuserojen ymmärtämiseen sekä elämäntehtävän kirkastamiseen. Hän on kouluttanut ensimmäisenä Suomessa elämäntaidon valmentajia, energiasustajia ja enneagrammi-ohjaajia perusteellisilla ammatillisilla koulutuksillaan. Pitkän ja ansioituneen elämäntyönsä aikana Marika on toiminut aikuiskouluttajana ja valmentajana eri maissa, perustanut Voi Hyvin -lehden ja toiminut sen päätoimittajana. Marikan Rakastu elämääsi -kirja ja blogi ovat erittäin suosittuja. Marikan tyyli on niin koulutuksissa kuin matkoillakin innostava, lämminhenkinen ja huumorintajuinen. Lupaamme, että saat lisää energiaa ja elämäniloa!

**Lisätietoa [www.marikaborgblogi.fi](http://www.marikaborgblogi.fi)**





# Santiago de Compostelan pyhiinvaellus

Rauhoitu elämän pyhyydelle

**El Camino de Santiago on maailman ehkä tunnetuin pyhiinvaellusreitti. Sen käveleminen on monen suuri haave. Marikan matkassa vaellamme vapaaehtoisessa hiljaisuudessa (20-30 km per päivä).**

Hiljennymme aamuisin, avaamme energiat venyttelyillä ja lähdemme liikkeelle aistit ja sielu valmiina mietiskellen Marikan antamia päivittäisiä mindfulness-harjoituksia. Iltaisin kokoونnumme yhteiselle aterialle jakamaan päivän tunnelmat yhdessä.

## MATKAKOHDE

Santiago de Compostela,  
Portugali ja Espanja

## MATKAN AJANKOHTA

12.-19.5. (la-la)

## MATKAN HINTA

1699 € sisältäen kuljetukset, majoitukset,  
ateriat, valmennukset ja opastetut  
vaellukset



## KOHOKOHDAT

- ✓ unelman toteuttaminen
- ✓ itsensä ylittäminen
- ✓ mindfulness-harjoitukset
- ✓ vaellusta luonnossa
- ✓ hiljaisuus ja yhteisöllisyys
- ✓ rauhoittuminen ja mielen selkeyttäminen



Marikan  
matkassa!

# Hemmotteluloma Italiassa

## Mindfulness ja jooga arkeesi

**Tällä supersuosittulla Marikan matkalla yhdistetään monta upeaa asiaa: Ihana Italia, mindfulnessin hyödyt, joogan nautinnollisuus sekä Gardajärven äärellä sijaitseva upea luostarista hotelliksi remontoitu Villa Arcadio.**

Teemme mieltä, sydäntä, kehoa ja sielua helliviä asioita nauttien samalla hyvästä ruoasta ja viinistä. Matkaohjelmassa myös retkiä lähiseudulle Marikan ja hotellin omistaja Jaana Nakarin kanssa.

### MATKAKOHDE

Villa Arcadio, Gardajärvi, Italia

### MATKAN AJANKOHTA

27.4.-2.5. (pe-ke)  
tai 5.-10.10. (pe-ke)

### MATKAN HINTA

1695 € sisältäen kuljetukset, majoitukset, ateriat, harjoitukset, valmennukset ja opastukset retkillä



### KOHOKOHDAT

- ✓ hemmottelua hyvässä seurassa
- ✓ jooga- ja mindfulness-harjoitukset
- ✓ Gardajärven kaunis luonto
- ✓ upea Villa Arcadio puutarhoineen
- ✓ retket lähiseudun parhaisiin kohteisiin



# Marikan ihana Irlanti

## Löydä elämäntehtäväsi

**Marika Borg asui Irlannissa vuosia. Tervetuloa tutustumaan hänen kotikyläänsä ja muihin vihreän saaren turisteille tuntemattomiin kohteisiin, iloisiin irlantilaisiin, vehreään luontoon ja koskettavaan kelttiläistunnelmaan.**

Asumme Dublinin lähellä maaseudulla tunnelmallisessa hotellissa, aamuisin joogaamme lempeästi, päivällä patikoimme ja käymme retkillä, iltaisin kuulemme Marikan luentoja elämäntehtävän löytymisestä.

### MATKAKOHDE

Summer Hill House Hotel,  
Enniskerry Wicklow, Irlanti

### MATKAN AJANKOHTA

13.-19.6. (ke-ti)

### MATKAN HINTA

1490 € sisältäen kuljetukset, majoitukset, ateriat, joogaharjoitukset, valmennukset ja opastukset retkillä



### KOHOKOHDAT

- ✓ joogaharjoitukset ja luennot
- ✓ upea ympäristö puutarhoineen ja metsineen
- ✓ Glendalough ja pyhiinvaellus tammimetsien läpi
- ✓ Irlanninmeri ja rannikko
- ✓ vihreän saaren ainutlaatuinen tunnelma



Marikan  
matkassa!

# Millaiselle unelmien matkalle Sinä haluaisit lähteä Marikan kanssa?

Marikan matkassa saat mielenrauhaa ja kestäviä työkaluja arkeen, opit keskittymään olennaiseen. Matkoilla on loistoseuraa, voit saada saman henkisistä osallistujista vaikkapa elinikäisiä ystäviä. Liikomme luonnossa, saamme aitoa energiaa, jaksamista, iloa sekä voimavaroja sekä keholle että mielelle.

Marikan matkoilla koet mielenkiintoisen ja voimaannuttavan lomamatkan upeassa kohteessa, saat virkistystä ja lepoa sopivassa suhteessa, nautit terveellisestä ruoasta ja saat uusia ystäviä saman henkisistä matkaseuralaisista. Tarjoamme erilaisia matkaohjelmia, joissa on mm. mindfulnessia, joogaa, vaellusta ja ruokakursseja.

---

**Auta meitä!** Vastaa kyselyyn ja pääset vaikuttamaan tulevien matkojen kohteisiin ja sisältöön. Lisää kyselyn loppuun yhteystietosi ja osallistut arvontaan, jossa palkintona arvomme 50 euron lahja-kortteja Viisas Elämä Oy:n Shine on -kirjakauppaan, josta voit ostaa vaikkapa Marika Borgin Rakastu elämääsi -kirjan.

Kyselyyn löydät linkin sivulta [www.marikanmatkassa.fi](http://www.marikanmatkassa.fi)

Liity Marikan matkassa -postituslistalle!

Jos olet jo osallistunut Marikan matkalle tai 18.10. tilaisuuteen, olet jo postituslistallemme ja saat tietoa tulevista matkoista. Uudet uutiskirjetilaukset [susa@kontiki.fi](mailto:susa@kontiki.fi)





**LISÄTIETOA  
JA VARAUKSET  
KAIKILLE MATKOILLE**

**susa@kontiki.fi,  
puh. 09 466 300,  
www.marikanmatkassa.fi  
ja www.kontiki.fi**

Pidätämme oikeuden muutoksiin. Matkojen toteutuminen edellyttää 20 henkilön minimiryhmäkoko. Matkan hintaan ei sisälly matkavakuutusta, jonka ottamista suosittelemme jo matkan ennakkomaksun maksamisen jälkeen.

Y-tunnuksen haltijalla on verovähennysmahdollisuus. Verottaja hyväksyy vähennyksen harkintansa mukaan.

Vastuullinen matkanjärjestäjä on 100% kotimainen Oy Kon-Tiki Tours Ltd, joka kuuluu Kilpailu- ja kuluttajaviraston ylläpitämään matkanjärjestäjärekisteriin (1929/00/Mj Mv) noudattaen kaikkia matkailualan yleisiä valmismatkaehtoja. Matkojemme erityisluonteen, kuljetusmuotoa koskevien poikkeuksellisten määräysten (mm. reittilentojen varaus- ja myyntiehdot), poikkeuksellisten majoitusehtojen sekä matkakohteen erityisolojen vuoksi sovellamme lisäksi erityisehtoja, joista asiakas saa tiedot matkan laskun liitteenä ja verkkosivuiltamme [www.kontiki.fi/hyva-tietaa/kontiki-toursin-erityisehdot/](http://www.kontiki.fi/hyva-tietaa/kontiki-toursin-erityisehdot/)



**KON-TIKI**  
[www.kontiki.fi](http://www.kontiki.fi)