

## SPA brīvdienas Polijā: četras dienas dabas un labsajūtas ritmā

 Autobuss 15.11.2025 - 18.11.2025 4 dienas

Izbaudi četras dienas pilnas miera, ainaviskas dabas un kvalitatīvas atpūtas **SPA brīvdienās Polijā!** Šis ceļojums aicina uz brīdi apstāties un ieelpot – ļaut sev baudīt relaksējošas masāžas, saunu siltumu un ūdens mieru, vienlaikus izzinot **Suvalku reģiona skaistākās vietas** – Suvalkus, Elku, Augustovu un Wigry.

**Labsajūtas ceļojums pie Polijas ezeriem** aicina baudīt harmoniju starp dabu, klusumu un atpūtu. Šis maršruts apvieno ainaviskus ezerus, kultūras pieturvietas un neaizmirstamu relaksāciju **Pensjonat RAJ Spa & Wellness** viesnīcā.

Viesnīcā pieejama plaša **SPA zona** – baseins ar geizeriem, džakuzi ar gaismas terapiju, sāls grota, vairākas saunas (tvaika, sausā, infrasarkanā), kā arī relaksācijas telpa ar skatu uz ezeru. Profesionālu veiktās **masāžas** – no klasiskās līdz aromātiskai ar silta sveču vaska eļļu vai karstajiem akmeņiem – sniedz dziļu atslābumu un atjauno ķermeni. Ķermeņa scrubji, pīļingi un kopjošas sejas procedūras padara šo pieredzi vēl pilnīgāku.

Šis ceļojums ir iespēja **uz brīdi apstāties, ieelpot dziļāk un ļaut sev būt**, baudot **SPA brīvdienas Polijā**, kur dvēsele satiek mieru, bet ķermenis – atelpu.



### Programma

#### Iekāpšanas vietas:

Smiltene (Baznīcas laukums) - plkst. 3:00  
Valmiera (Valmieras kultūras nama stāvlaukums) - plkst. 3:40  
Cēsis (Stāvlaukums pie jaunā tirgus) - plkst. 4:20  
Sigulda (DUS "Circle K" pie "Šokolādes") - plkst. 5:00  
Rīga (DUS "Virši" Satekles iela) - plkst. 6:00



**Inga Kerliņa**  
Ekskursijas vadītāja

 26151200

#### 1. diena – Sestdiena, 15. novembris

Iebraucot mierā.

**Maršruts:** Latvija–Lietuva–Polija.

**Cisowa Góra** – skatu laukums **Suvalku nacionālajā parkā**. No šī augstākā punkta paveras iespaidīga panorāma uz **zilganajiem ezeriem** un **zaļajiem pakalniem**.

**Suvalki (Suwałki)**. Pilsētas apskate, nesteidzīga pastaiga, kafejnīcas un pusdienpauze, izbaudot vietējo **poļu virtuvi**.

**Ceļš uz Rajgrodu**. Visas naktis vienā viesnīcā:

**Rajgród, Pensjonat RAJ Spa & Wellness**

pensjonatraj.pl

**Vakara relaksācija SPA zonā** – pēc ceļa noguruma ķermenis un prāts atslābst, ienākot siltā baseinā ar masāžas geizeriem, bet džakuzi ar gaismas terapiju palīdz aizmirst ikdienu.

Isildīšanās tvaika pirtī vai sausajā saunā, pēc kuras var atgulties relaksācijas telpā ar nomierinošu mūziku un skatu uz ezeru.

## 2. diena – Svētdiena, 16. novembris

### Miers vai Elkas izpēte

Brokastis viesnīcā.

Pēc izvēles:

☞ **SPA diena Rajgradā**

– Sāc dienu ar **relaksējošu visa ķermeņa masāžu** (50 min – 230 PLN), kas maigi atbrīvo spriedzi mugurā, plecos un kājās.

– Turpini ar **karsto akmeņu masāžu** (50 min – 260 PLN), kur ķermeni lēni piepilda dziļš siltums un miers.

– Apmeklē **sāls grotu** – dziedējošs mikroklimats elpceļu veselībai un iekšējam līdzsvaram.

– Pēc pirts rituāla – **ārējais baseins ar skatu uz mežu**, kur var vērot, kā saule dejo pāri ūdens virsmai.

**Ekskursija uz Elku (par papildmaksu)**

– **Pastaiga gar Elkas ezera promenādi** – ainaviska ainava, skatu tornis un brīnišķīgs rīta sākums.

– **Jāņa Pāvila II skvērs un Kopernika parks** ar 9 planētu modeļiem.

– **Elkas dzelzceļa muzejs** brīvā dabā.

– **Pusdienas** kādā no pilsētas restorāniem vai kafejnīcām, izbaudot vietējo garšu.

– Vakarā, atgriežoties **Pensjonat RAJ**, iespējams baudīt vēl vienu **SPA procedūru** – piemēram, **masāžu ar siltu sveču vasku**, kur aromātiskā eļļa maigi iesūcas ādā, padarot to samtaini gludu.

## 3. diena – Pirmdiena, 17. novembris

### Klusuma pieskāriens vai Augustovas stāsts

Brokastis viesnīcā.

Pēc izvēles:

☞ **SPA un miera diena Pensjonat RAJ**

– Dienas sākums ar **ķermeņa pilingu** – izvēle starp **jūras sāls skrubi** vai **cukura pilingu**, kas attīra, atdzīvina un padara ādu mirdzošu.

– **Sejas masāža ar mitrinošiem serumiem** vai **vieglā refleksoterapija pēdām** – dziļai relaksācijai un atjaunotai enerģijai.

– **Sauna ar aromterapiju** apvienojumā ar **aukstā ūdens dušu** palīdz ķermenim atgūt līdzsvaru un možumu.

– Pusdienlaikā – **tēja un augļi relaksācijas zonā**, kur valda klusums, koku smarža un vēja šalkas. Diena, kurā laiks apstājas.

**Ekskursija uz Augustovu (par papildmaksu)**

– **Vēsturiskā Augustova** – pilsēta ar savu īpašo noskaņu. **Augustovas kanāla muzejs** un **pastaiga gar ūdensmalu** sniedz ieskatu reģiona vēsturē.

– Apmeklējums **kapelā pie Studzienicze ezera** – svētvietā, kuru savulaik apmeklēja **Jānis Pāvils II**. Ceļš ved pa **koku ieskautu grants aleju**, un ceļinieku sagaida **500 gadu vecs ozols** – klusuma un spēka simbols.

– **Pusdienas ezera piekrastes restorānā**, kur galdā tiek celti **poļu lauku ēdieni** un valda **mājīgums un dabas tuvums**.

– **Vakarā** – atgriešanās **SPA viesnīcā**, kur dienu iespējams noslēgt ar **masāžu vai džakuzi sesiju**, lai ķermenis un dvēsele pilnībā atslābtu.

## 4. diena – Otrdiena, 18. novembris

### Ceļā uz mājām ar vērtīgām pieturām

– **Brokastis ar skatu uz ezera rītu**, kad ūdens virsma vēl mierīga un gaisma lēni apskauj koku galotnes.

– Apmeklējums **Wigry nacionālajā parkā** un **vēsturiskajā klosterī** uz pussalas – senatnīga mūku apmešanās vieta ar **gleznainiem skatiem, klusumu un garīgu mieru**, kas apņem ikvienu apmeklētāju.

– Pietura **Suvalkos** – iespēja iegādāties **vietējos gardumus, amatnieku izstrādājumus un suvenīrus**, kā arī **pusdienas kādā no pilsētas restorāniem**.

– **Mājupceļš**, prātā un sirdī nesot **svaigumu, mieru un jaunu enerģiju**, kas paliek vēl ilgi pēc atgriešanās ikdienā.



## Brauciena cena



### Braucot ar autobusu

Brauciena cena pieaugušajiem **295.00 EUR**

Brauciena cena bērniem līdz 15 gadu vecuma (ieskaitot) **275.00 EUR**

#### Pēc izvēles

Papildus vieta autobusā **+95.00 EUR**

Ceļojuma apdrošināšana līdz 64 gadu vecumam **+85.00 EUR**

Ceļojuma apdrošināšana 65-74 gadu vecumam **+8.00 EUR**

Ceļojuma apdrošināšana 75+ gadu vecumam **+8.00 EUR**



Par garantiju tūristiem kalpo iemaksātās naudas **apdrošināšana 85 000 EUR vērtībā** „BTA Baltic Insurance Company”. Par mūsu uzticamību liecina arī Patērētāju tiesību aizsardzības centra izsniegtā speciālā atļauja – tūrisma operatora licence Nr. T-2019-266.

### Cenā iekļauts:

- viena vieta komfortablā tūristu klases autobusā;
- visas nakts viesnīcās ar brokastīm;
- grupas vadītāja – tulka pakalpojumi latviešu valodā;
- ceļojuma plānošana, saskaņošana, organizēšana un informācijas sniegšana.

### Papildu izmaksas:

- Papildus vieta autobusā - 95.00 EUR
- Papildus vienvietīgais viesnīcas numuriņš - 85.00 EUR
- Ceļojuma apdrošināšana līdz 64 gadu vecumam - 4.00 EUR
- Ceļojuma apdrošināšana 65-74 gadu vecumam - 8.00 EUR
- Ceļojuma apdrošināšana 65-74 gadu vecumam - individuāla cena
- Ieejas maksas apskates objektos tiks precizētas tuvākajā laikā

### SPA PROCEDŪRAS. Jāveic rezervācija iepriekš!

1 EUR = ~4,1775 PLN

#### ♀ Masāžas (25–50 min):

- Relaksējoša masāža (mugura/seja/pēdas) – 100 PLN
- Visa ķermeņa masāža – 230 PLN
- Masāža ar karstajiem akmeņiem / sveču vasku – 260 PLN
- Sporta masāža – 290 PLN

#### ✳️ Ķermeņa skrubji (25 min):


- Kafijas vai sāls skrubis – 150 PLN (vai kā papildinājums masāžai – 70 PLN)
- Cukura skrubis – 70 PLN

#### Labsajūtas rituāli (80 min):

- Šokolādes-kafijas / Tropiskais / Ziedu / Franču rituāls – 330 PLN
- Ājurvēdiskā Udvartana procedūra – 280 PLN


## Apmaksas grafiks:

Pieteikšanās brīdī	<b>50.00 EUR par personu</b>
Līdz 15.09.2025	<b>100.00 EUR par personu</b>
30 dienas pirms ceļojuma sākuma	<b>Atlikusī summa</b>

 Veicot rēķina apmaksu, lūdzam norādīt rēķina ID numuru un brauciena nosaukumu. Ja maksājums tiek veikts par citu braucēju, tad jānorāda arī viņa vārds un uzvārds.

## Atteikšanās no ceļojuma:

Atteikšanās datums	Zaudētā summa
Līdz 15.09.2025	<b>50.00 EUR</b>
Līdz 15.10.2025	<b>100.00 EUR</b>
Pēc 15.10.2025	<b>Visa iemaksātā summa</b>

 Iemaksāto summu (bez minimālās pirmās iemaksas) iespējams pārsūtīt citai personai, kura vēlas doties šajā ceļojumā.



## Svarīgi zināt

Veicot pirmo iemaksu, jūs piekrītat klienta līguma noteikumiem: [www.balt-go.lv/lv/klienta-ligums](http://www.balt-go.lv/lv/klienta-ligums). Līgums tiek noslēgts, izmantojot elektroniskos sakaru līdzekļus, pusēm klāt neesot. Līguma abpusēja parakstīšana nav nepieciešama. Līgums uzskatāms par noslēgtu brīdī, kad klients [www.balt-go.lv](http://www.balt-go.lv) tīmekļa vietnē nospiedis pogu "Veikt rezervāciju".

Iesakām noformēt un ņemt līdzi arī bezmaksas Eiropas veselības apdrošināšanas karti (EVAK), ar kuru medicīnas pakalpojumus bieži iespējams saņemt ātrāk un vienkāršāk! Uzziņai: [www.vmnvd.gov.lv/lv/nvdpakalpojumi/456-evak-karte](http://www.vmnvd.gov.lv/lv/nvdpakalpojumi/456-evak-karte).

Sēdvietā autobusā tiek piešķirta pieteikšanās un avansa iemaksas (pilnas ceļojuma apmaksas) secībā. "BaltGo" patur tiesības sasēdināt kopā tos ceļotājus, kuri autobusā sēž pa vienam un par papildvietu piemaksāt nevēlas.

"BaltGo" informē, ka brauciena laikā tiks filmēts un/vai fotografēts, attēlus var izmantot publicitātes vajadzībām.

Ceļojumam nepieciešamie dokumenti: LR pilsoņa pase vai Latvijas pilsoņa ID karte, kas ir derīga līdz ceļojuma beigām.

Vienojoties ar "BaltGo", iemaksu grafiks var būt citādāks. Ja minētās iemaksas nav izdarītas laikus, "BaltGo" patur tiesības jūsu rezervāciju anulēt, iepriekš par to nebrīdinot!

Programmā var būt nelielas izmaiņas (izbraukšanas laiki, objektu secība, papildmaksas u.c.). Lūdzam skatīt aktuālo programmu [www.balt-go.lv](http://www.balt-go.lv) īsi pirms brauciena.

Ja dažādu slimību, epidēmiju, militāru konfliktu vai nepārvaramas dabas katastrofu gadījumā plānotais ceļojums no SIA "BaltGo" neatkarīgu iemeslu dēļ nebūs iespējams, klientu iemaksātā nauda tiks pārcelta uz laiku, kad ceļojums varēs notikt, vai arī klients varēs doties citā SIA "BaltGo" piedāvātā braucienā.

**Piesakieties ekskursijai [balt-go.lv](http://balt-go.lv) mājaslapā!**

