



CZARNOGÓRA POWER CAMP

13.05 - 20.05. 2025

WWW.FIZJOTRAVEL.PL

LET'S EXPLORE

*Tam gdzie kończy się
nasza opowieść, zaczyna się
Twoja niezapomniana podróż.*

Mamy zaszczyt zaprosić Cię na niezapomnianą przygodę do perły Bałkanów. Właśnie tak przez wielu nazywana jest Czarnogóra. Angielski poeta Geroge Byron powiedział „Kiedy powstawała nasza planeta, najpiękniejsze połączenie ziemi z morzem przypadło temu wybrzeżu”. Na szczęście Ty dzięki wybraniu podróży z nami nie będziesz więcej się zastanawiał/a czy to prawda. Już niedługo będziesz miał/a okazję się o tym przekonać!

Na początek doświadczymy solidnej dawki integracji na porannych treningach wspólnie pokonując kolejne wyzwania. Później będziemy spędzać czas wędrując szlakami Parku Narodowego Durmitor. Nazwa ta prawdopodobnie pochodzi od celtyckiego wyrażenia „dru mi tore”, co znaczy „góra pełna wody”. Właśnie tej wody będziemy szukać delektując się pięknem górskich jezior! Wieczory zaś poświęcimy na relaks uprawiając jogę i ćwiczenia oddechowe przy malowniczych zachodach słońca. Hola! Hola!

Myślałeś/aś, że to już koniec?! Po dniach spędzonych w górach nastąpi czas na nieco wielkomiejskiego zgiełku i relaksu na plażach adriatyku!

Zapewniamy, że to będzie piękna podróż. Z nami odkryjesz świat w sposób, który pozostawi ślad w Twoim sercu, a być może znajomości zawarte w pocie czoła pozostaną z Tobą na całe życie. Szczerze? To nasze małe marzenie - byś poza wspomnieniami zabrał/a ze sobą coś więcej.

To zaszczyt podróżować z Tobą.
Dziękuję i do zobaczenia niebawem!
Patryk i Łukasz
Fizjo Travel



fizjo travel

Pilot

naszej przygody

Jestem właścicielem Fizjo Travel, właścicielem NeuroFix Fizjoterapia i Avatara. Z zawodu jestem fizjoterapeutą, z natury podróżnikiem. Mówią o mnie „podróżnik z krwi i kości”, bo w drodze czuję się najszczęśliwszy, gdy wracam nie mogę usiedzieć na miejscu. Przejechałem autostopem dużą część Azji i Europy, serce zostawiając w Kirgistanie i Gruzji. Do organizacji wypraw podchodzę z równie wielką troską, jak do zdrowia moich pacjentów. Bezpieczeństwo i satysfakcję uczestników stawiam na pierwszym miejscu, nie zapominając o sporej dawce dobrej zabawy. Jadąc ze mną, masz luz i wszystko pod kontrolą!

No i gwarancję super zdjęć, bo fotografia to moja kolejna pasja, którą realizuję podczas każdej wyprawy.

W podróży cenię sobie kontakt z naturą, integrację z lokalną społecznością i odkrywanie nowych miejsc. Chodzenie po górach, lasach i dżunglach daje mi spokój i radość. To bliskość z przyrodą i ludźmi uczy mnie pokory, doceniania teraźniejszości oraz stawiania sobie filozoficznych pytań. Nie cel podróży, ale sama podróż jest dla mnie najważniejsza, szczególnie ta prowadząca do poznania samego siebie.

Patryk



Łukasz Wydro

Zadania specjalne

Jestem instruktorem kick-boxingu, boksu i przygotowania motorycznego w sportach walki. W swojej karierze wielokrotnie stawałem na podium. Trzy razy byłem mistrzem polski oraz członkiem kadry narodowej. Miałem zaszczyt reprezentować nasz kraj na imprezach międzynarodowych zdobywając m.in. 2 miejsce na pucharze świata. Wyjazdy na zawody pozwoliły mi przemierzyć świat. Niestety widoki podziwiałem głównie z okna. Wreszcie moja miłość do podróży stała się tak wielka, że postanowiłem przez to "okno" przejść i zasmakować podróży w pełnym wymiarze. Na drodze spotkałem Patryka i po kilku wyjazdach stwierdziliśmy, że fajnie byłoby zrobić coś razem. Wyjazd, który pozwoli połączyć zdobyte dotychczas doświadczenia - te sportowe i te przygodowe. Pozwoli podziwiać świat przy okazji budując formę. Połączyć nutkę rywalizacji z pięknem odkrywania nowych miejsc!

To wszystko pragniemy zrobić w przemyślanej metodyce, gdzie wysokie tętno podczas treningu przenika się ze spokojnym umysłem podczas kontemplowania pięknych widoków. Wyjazd ten ma być ucieczką od codziennego pędu. Chcemy pokazać Wam wspaniałe miejsca, ale chcemy też niespiesznie śmiać się z Wami siedząc na wilgotnej trawie. Stawiamy zarówno na atrakcje, które daje nam świat jak i te, które możemy dać sobie sami - uśmiech, cudowne emocje i nowe przyjaźnie.



Dzień 1 | 13.05.2025

Podgorica

RYANAIR

- Wylot z Gdańsk godz. 10:50
- Przylot do Podgorica godz.: 13:05

- Spotkanie na lotnisku
- Wyjeżdżamy z Podgoricy
- Po ok. 30 min przerwa na lunch
- Dojeżdżamy na parking pod klasztor Ostrog
- Pierwszy trekking po schodach by obejrzeć klasztor i podziwiać widoki
- Dojazd do miejscowości Zabljak
- Zakwaterowanie, obiady-kolacja
- Rozciąganie/rozluźnianie



Dzień 2 | 14.05.2025

Durmitor

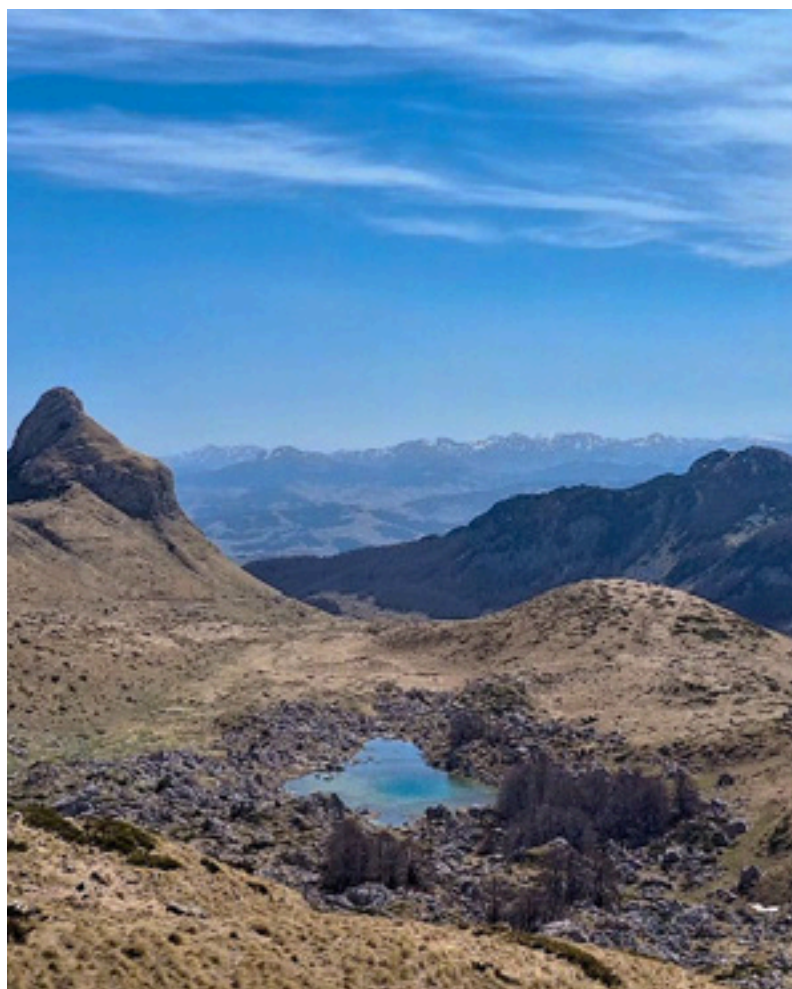
- Śniadanie
- Poranny trening
- Wyjście do Parku Narodowego Durmitor
- Spacer wokół Czarnego Jeziora i trekking do jeziora Zmijne (1791 m. n.p.m.) - całość ok 15 km
- Powrót na obiad
- Wyjazd na most Đurđevića (będzie szansa na skorzystanie z tyrolki - dodatkowo płatne)
- Powrót do hotelu
- Rozciąganie i rozluźnienie
- Integracja



Dzień 3 | 15.05.2025

Savin Kuk

- Śniadanie
- Delikatny trening
- Jedziemy do Ski Centar Savin Kuk
- Trekking na szczyt
Savin Kuk 2313 m. n.p.m. (ok. 4 h)
- Zejście na kawę do centrum narciarskiego
- Powrót do Hotelu
- Joga/trening oddechowy



Dzień 4 | 16.05.2025

W drodze!

- Poranny rozruch yoga / mobility
- Śniadanie i pakowanie bagaży
- Przejazd krajobrazową drogą P14
- Po drodze będziemy mieli pełno pięknych miejscówek na zdjęcia. Jeśli będą chęci możemy zrobić spacer!
- Dojazd do Budvy, zameldowanie
- Przerwa na obiado-kolację
- Czas wieczorem pogubić się po Budvie!

Dzień 5 | 17.05..2025

Kotor

- Śniadanie
- Trening na plaży w Budwie zakończony pływaniem w Adriatyku :)
- Wyjazd do miejscowości Kotor
- Wycieczką łódką po Zatoce Kotorskiej wraz ze zwiedzaniem atrakcji m.in. wizyta na wyspie Our Lady of the Rock
- Przerwa na obiad
- Dla chętnych spacer widokową ścieżką na Twierdza św. Jana, która króluje nad zatoką (czeka nas 1500 stopni!)
- Powrót do Budvy
- Yoga & chill przy zachodzie słońca
- Czas na imprezkę!



Dzień 6 | 18.05.2025

Rajd Buggy!

- Śniadanie
- Trening
- Wyjazd na czterogodzinny rajd buggy!
Czeka nas dreszczyk emocji i cudowne widoki.
- Zwiedzanie starego miasta - Budva
- Obiado-kolacja
- Trening oddechowy/joga



fizjo travel

Dzień 7 | 19.05.2025

Relax :)

- Poranny bieg promenadą Budvy
- Śniadanie
- Plażowanie / czas wolny
- W południe wyjazd na jezioro Szkoderskie.
Tam bierzemy łódką i robimy małą wycieczkę!
- Powrót do budvy
- Obiada-kolacja
- Wyjazd na zachód słońca na Fort Mogren -
trening oddechowy/medytacja



Dzień 8 | 20.05.2025

Podgorica

- Śniadanie
- Wyjazd do Podgoricy
- Kawa w stolicy
- Wyjazd na lotnisko
- Powrót do Polski

1 opcja wylotu

Wylot: Podgorica godz. 13:30

Przylot: Gdańsk godz. 15:40



FIZJO TRAVEL

Dołącz do jednej z naszych wypraw,
odkrywaj, doświadczaj i spodziewaj się
niespodziewanego. My zajmiemy się
całą resztą.

 509 785 150

 biuro@fizjotravel.pl

 [@fizjo.travel](https://www.instagram.com/fizjo.travel)