

# Коста-Рика 2024: сёрфинг в самой счастливой стране в мире

Стоимость тура — 4 190 €

Одноместное размещение — 5 390 €

Друг сёрфера — 3 590 €

Отправляйся с нами в один из самых красивых уголков нашей планеты.

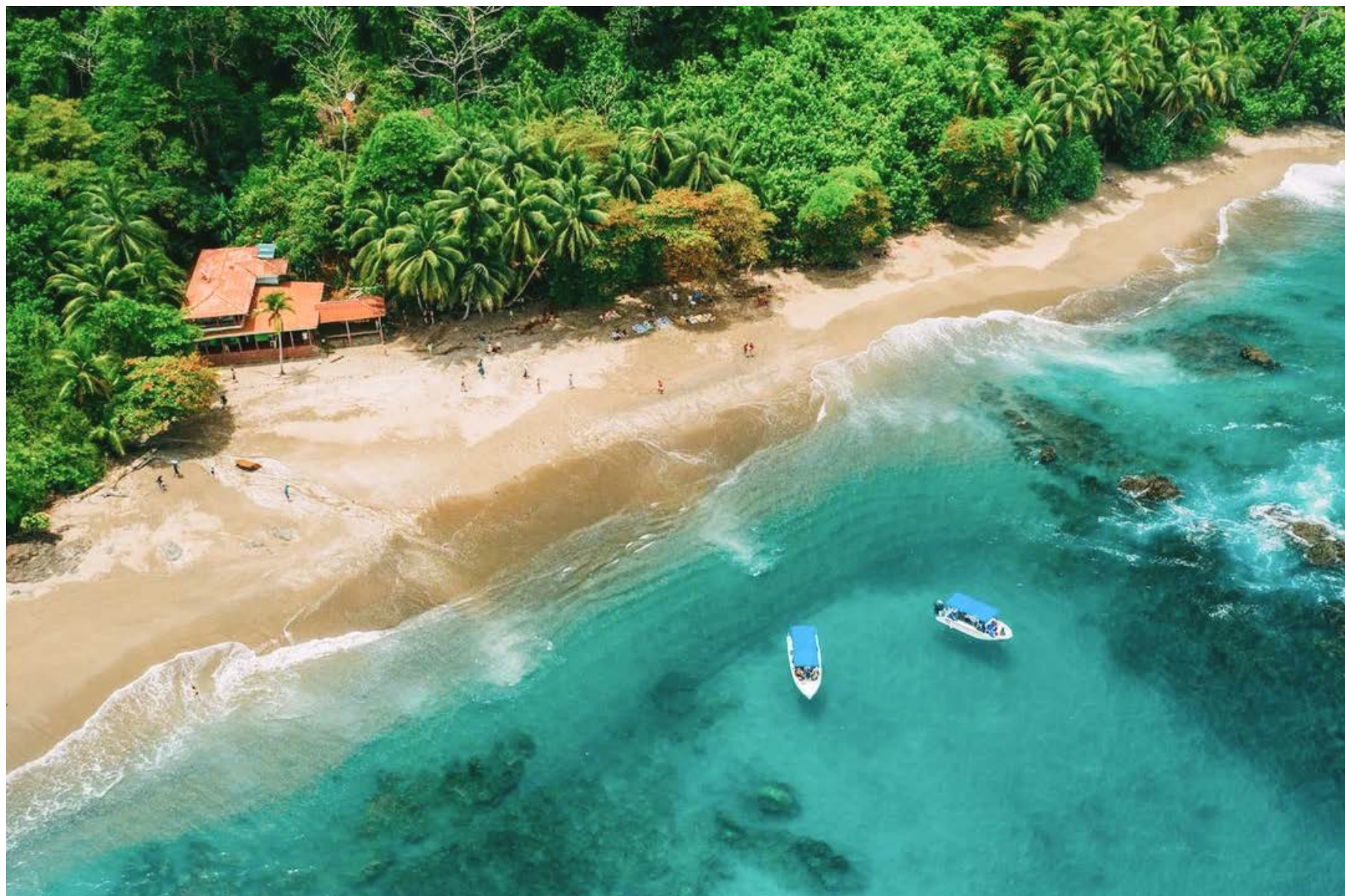
Коста-Рика — самая счастливая и зеленая страна в мире с теплыми волнами

Тихого океана и удивительным миром флоры и фауны!

За одно путешествие ты увидишь сразу две страны – Панаму и Коста-Рику!

Программа тура является структурным ориентированием. Дни поездки могут меняться в зависимости от погодных условий.





## **В стоимость поездки включено:**

- 12 дней/11 ночей проживания в двухместном номере;
- завтраки и 8 ужинов (включая основное блюдо, десерт, дополнительный безалкогольный напиток);
- 8 дней сёрфинга;
- прокат оборудования;
- обучение в мини-группах с командой Surfway и местными тренерами;
- видеоразборы;
- трансферы;
- экскурсионная программа (Национальный парк Manuel Antonio, кофейная плантация, прогулка к тропическому водопаду Науяка, урок сальсы и урок йоги).
- фото/видео-съемка;
- клубная футболка Surfway.

## Отдельно оплачивается:

- международный авиаперелет (Есть несколько вариантов билетов. Наша команда поможет подобрать комфортный для вас перелет);
- медицинская страховка;
- обеды и 4 ужина;
- личные расходы и дополнительная экскурсионная программа.

## Из дополнительной экскурсионной программы мы можем предложить:

- 1) Катание на квадроциклах (с купанием в водопаде) — 150 €-200 €;
- 2) Экскурсия на Вулкан Ареналь — 1000 € ( 2 последних дня тура);
- 3) Рафтинг — 150 €;
- 4) Прогулка на корабле с водными горками, едой , напитками и диджеем (напротив парка Мануэль Антонио) — 100 € + транспорт (зависит от количества).



# Тренеры Surfway в турах\*



## Артём Давыдов

Тренер с богатым опытом и множеством приключений в мире сёрфинга. Его путь начался в 2006 году, и с тех пор океан стало неотъемлемой частью его жизни. Постоянно кататься на волнах начал с 2009 года, когда переехал на Бали и прожил на этом острове целых 9 лет, погрузившись в атмосферу сёрфинга и усиливая свою страсть к этому виду спорта. Около 3,5 лет назад Артем присоединился к нашей команде и стал ведущим тренером большинства наших направлений. У него есть значительный опыт в различных соревнованиях, в том числе второе место по лонгборду на соревнованиях во Вьетнаме.



## Митя Плотников

Тренер с более чем 8 летним стажем. Его история началась в 2005 году на Черном море, но настоящее погружение произошло в 2013 году, когда он приехал на Бали. В 2021 году Митя присоединился к нашей команде и с тех пор провел множество туров по всему миру, включая такие страны, как Россия, Индонезия, Марокко, Бразилия, Южная Африка, Сенегал и Мальдивы. Он успешно прошел курсы сёрфинструкторов и обучение спасателей на воде, что подтверждает его высокий профессиональный уровень.



## Саша Васьков

Это не только опытный инструктор по сёрфингу, но и психолог-консультант с высшим педагогическим образованием. Он начал свой путь как тренер в 2013 году и с 2020 года успешно преподает сёрфинг по всему миру в кемпах Surfway: Бали, Ломбок, Сумбава, Филиппины, Камчатка и Марокко. У Саши есть множество различных сертификатов, такие как ASI, ISA и ILS, которые подтверждают его компетентность и экспертность. Он имеет богатый опыт работы с разными категориями учеников, включая детей, людей пожилого возраста, а также тех, кто имеет особенности развития и глухонемых.



## Юра Чугаров

Опытный тренер с почти 15 летним стажем. Он начал свой путь на Бали в 2009 году и с 2010 года стал обучать сёрфингу. В 2020 году Юра присоединился к Surfway и за это время он успел провести множество кемпов в Марокко, на Шри-Ланке и других странах. Во время обучения особое внимание Юра уделяет безопасности и технике. Кроме того, он является спасателем ILS, судьей ISA и РФ, а также обладателем кубка Санкт-Петербурга по шортборду (3-е место).

\*кто именно будет ведущим тренером в поездке можно уточнить у менеджеров

# Программа тура:

## День 1. Мы в Коста-Рике!

Прилетаем мы в Сан-Хосе — столицу Коста-Рики! Коста-Рика — одна из самых маленьких стран Центральной Америки. Она занимает первые строчки по индексу счастья, что делает её одной из самых счастливых стран в мире!

Местные жители привыкли размеренно жить свою жизнь, никуда не торопиться и наслаждаться каждой минутой, будь это просто завтрак или закат на берегу океана. Мы сами, когда приезжаем в Коста-Рику, спустя несколько дней подхватываем местный вайб жителей! Чистый воздух, зеленый мир и спокойствие – вот, что такое Коста-Рика.





## День 2. Мануэль Антонио – национальный парк.

Сегодня нас ждёт вылазка на целый день в старейший национальный парк Мануэль Антонио. Здесь становится понятно, что не везде человек — царь природы.

Многочисленные птицы, забавные лемуры, хитрые игуаны и, конечно, «визитная карточка этого парка» — обезьянки-капуцины, которые будут постоянно напоминать своим настойчивым желанием общаться.

Кстати, совет: держите свои личные вещи крепче, у кого-то очень ловкие лапки и нагловатый характер! И еще один символ Коста-Рики – это ленивцы с их интересным стилем жизни. Неординарные, вечно улыбающиеся и висящие вниз головой – разве они не чудо? После экскурсии в национальном парке, мы пообедаем в месте, с прекрасным видом на океан и побережье.

Ну а вечером после ужина можем поиграть в настольные игры и разобрать терабайты фоток. Это идеальный момент, чтобы пообщаться с близкими и друзьями!

### День 3. Первый урок сёрфинга.

Утром ранний подъем и первый урок сёрфинга. После завтрака отправляемся сразу на пляж. Там мы подберем все необходимое оборудование и инструкторы разделят всех на мини-группы в зависимости от опыта. Это поможет сделать прогресс в сёрфинге более быстрым, а уроки более комфортными.

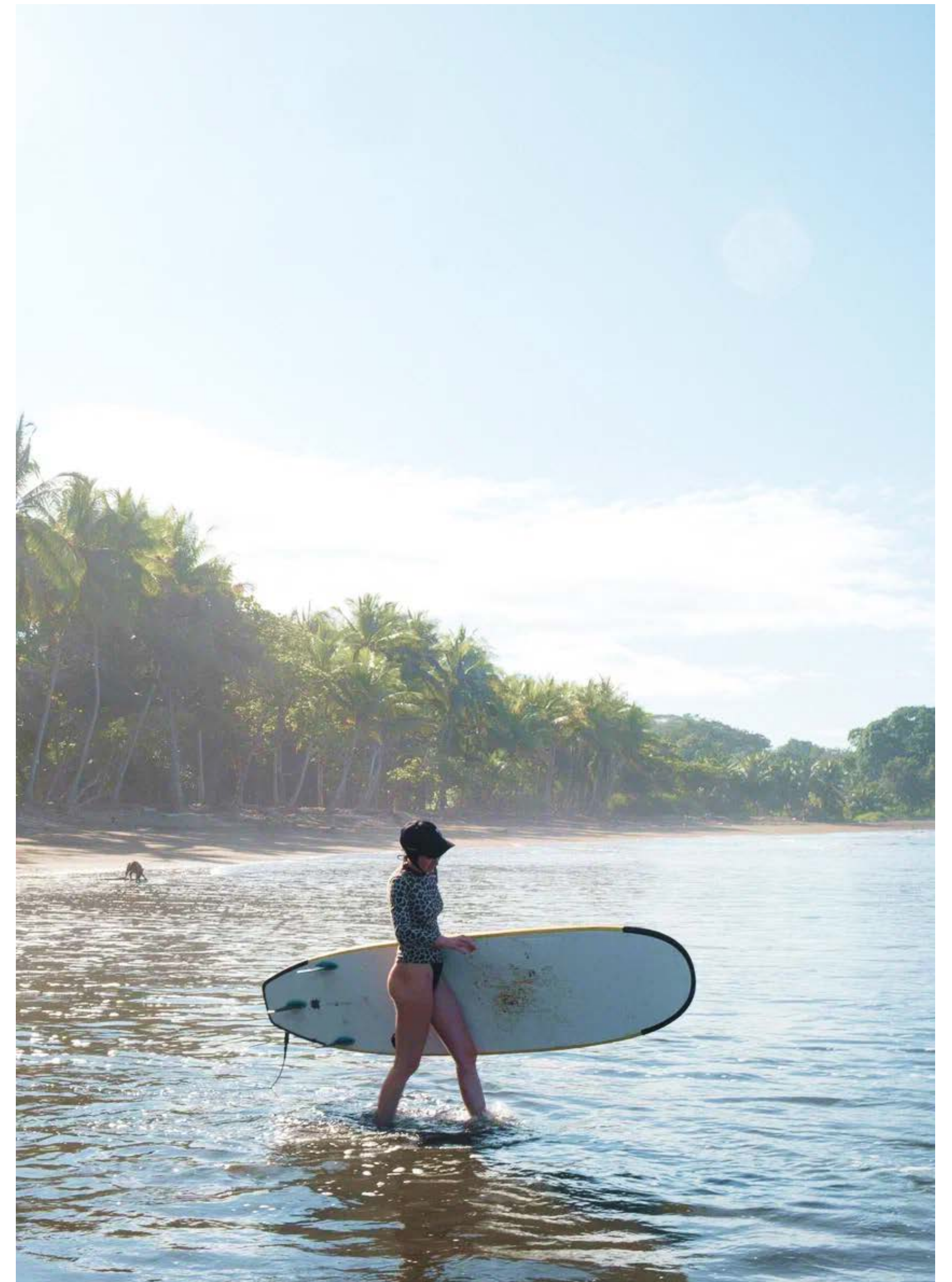


Начинающие будут учиться на пене, чтобы привыкнуть к волнам и почувствовать баланс. А опытные ребята сначала раскатаются на пене, чтобы вспомнить технику, а потом пойдут на лайн-ап. А дальше все как всегда — обед, отдых, встреча заката, совместный ужин и первый видео-разбор проездов!

## День 4. Входим в режим «eat. surf. sleep. repeat»!

День начинается с вкусного завтрака в гостинице, а продолжается классным сёрф-уроком на пляже. На первых уроках с начинающими мы отрабатываем стойку и повороты. С опытными ребятами учимся эффективно самостоятельно разгребаться и определять, какую волну лучше взять.

После урока мы едем на ланч, обедаем, восстанавливаемся, отдыхаем и собираемся на видео-разбор с инструкторами. Разборы — это возможность посмотреть на себя со стороны и исправить ошибки, порадоваться успехам и посмеяться над нашими падениями. После разбора мы вкусно поужинаем вместе и поиграем в настолки!







## День 5. Можно пригласить вас на танец?

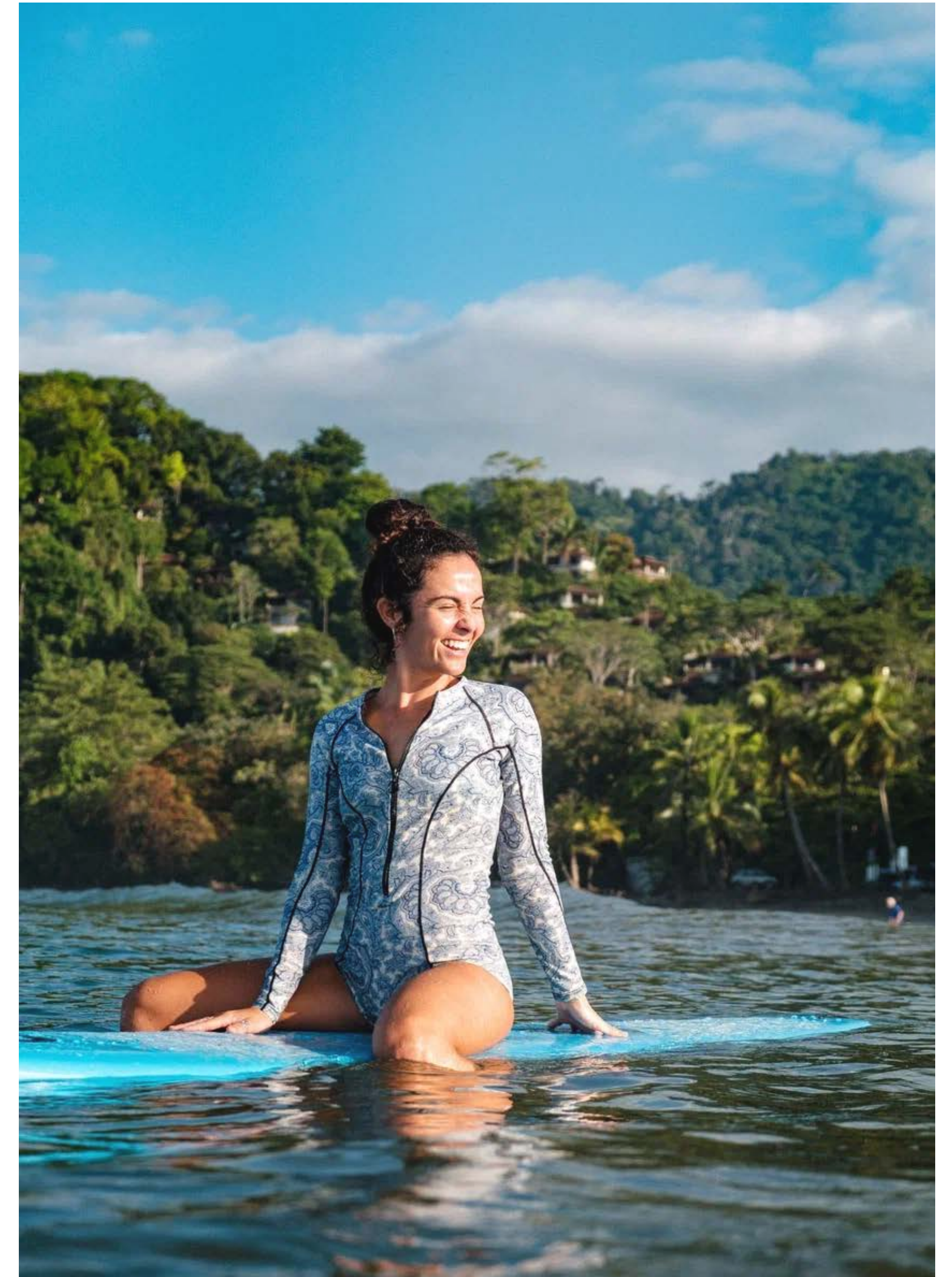
В сёрф-туре хочется постоянно на океан, ловить волны и не пропускать ни дня. Поэтому с утра всё по классике — завтрак, спот, доска и волны!

После урока мы заедем на виллу, переоденемся, оставим вещи, отдохнем и пойдём учиться танцевать сальсу! Сальса — традиционный зажигательный танец Латинской Америки. Этот танец отлично развивает творческие способности, умение импровизировать, чувствовать ритм и не бояться общения с незнакомыми людьми. Потанцуем?

## День 6. Погнали кататься!

Что на счет того, чтобы вместе встретить рассвет с утра? А потом позавтракать и отправиться на уже родной нам спот. Два часа драйва и полной концентрации в единении со стихией. Все под контролем и при поддержке инструкторов, чтобы прогресс был молниеносным.

Мы уже разбираемся в теории, знаем правильную технику, поэтому остается только много практиковаться. После урока едем отдыхать на виллу, ужинать и смотреть новый видео-разбор. Кстати, можно будет остаться на кино и посмотреть фильмы про сёрферов.





## День 7. Встретим закат на берегу океана?

Просыпаемся с пониманием, что сёрф-доска уже стала нашим новым другом, которого надо срочно выгуливать в естественной среде. Так что не задерживаемся долго после завтрака и бежим на пляж. Стараемся не только совершенствовать технику, но и наслаждаться удивительной энергетикой этого волшебного места!

Во второй половине дня будет свободное время, можно отдохнуть, наесться спелых фруктов, которых в Коста-Рике просто море! Ну или отправиться на морскую прогулку на кораблике, встретив закат прямо в океане. Вечером собираемся на видео-разбор и ужин.

## День 8. Едем на водопады!

С утра, как всегда, мы идем на совместный завтрак, а после него едем на тропический водопад Науяка. Разбитый на два яруса – этот водопад является главной достопримечательностью среди местных и туристов. Место очень живописное и красивое. Будем фотографироваться, снимать красивые видео и наслаждаться звуками природы.



## День 9. Ловим дзен на уроке йоги!

Проснулись, позавтракали и идем на урок йоги, чтобы расслабить мышцы, освободить мысли и насладиться спокойствием. После йоги, мы не спеша пообедаем и поедем на наш уже родной спот, где мы поймем самые лучшие волны теплого Тихого океана. После урока мы заедем на виллу, переоденемся и пойдем на пляж встречать закат, фотографироваться и общаться. А потом все по традиции – ужин и видео-разбор.



## День 10. Предпоследний урок сёрфинга или экскурсия на вулкан Аrenal!

Вы уже соскучились по сёрфингу? Ну и чудесно, так как сегодня по плану — супер-прокачка навыков, ведь сегодня будет наш предпоследний урок. Завтракаем, собираем все свои силы и едем к океану. Получаем максимальное удовольствие, стараемся на полную, ведь сегодня нам все по плечу!



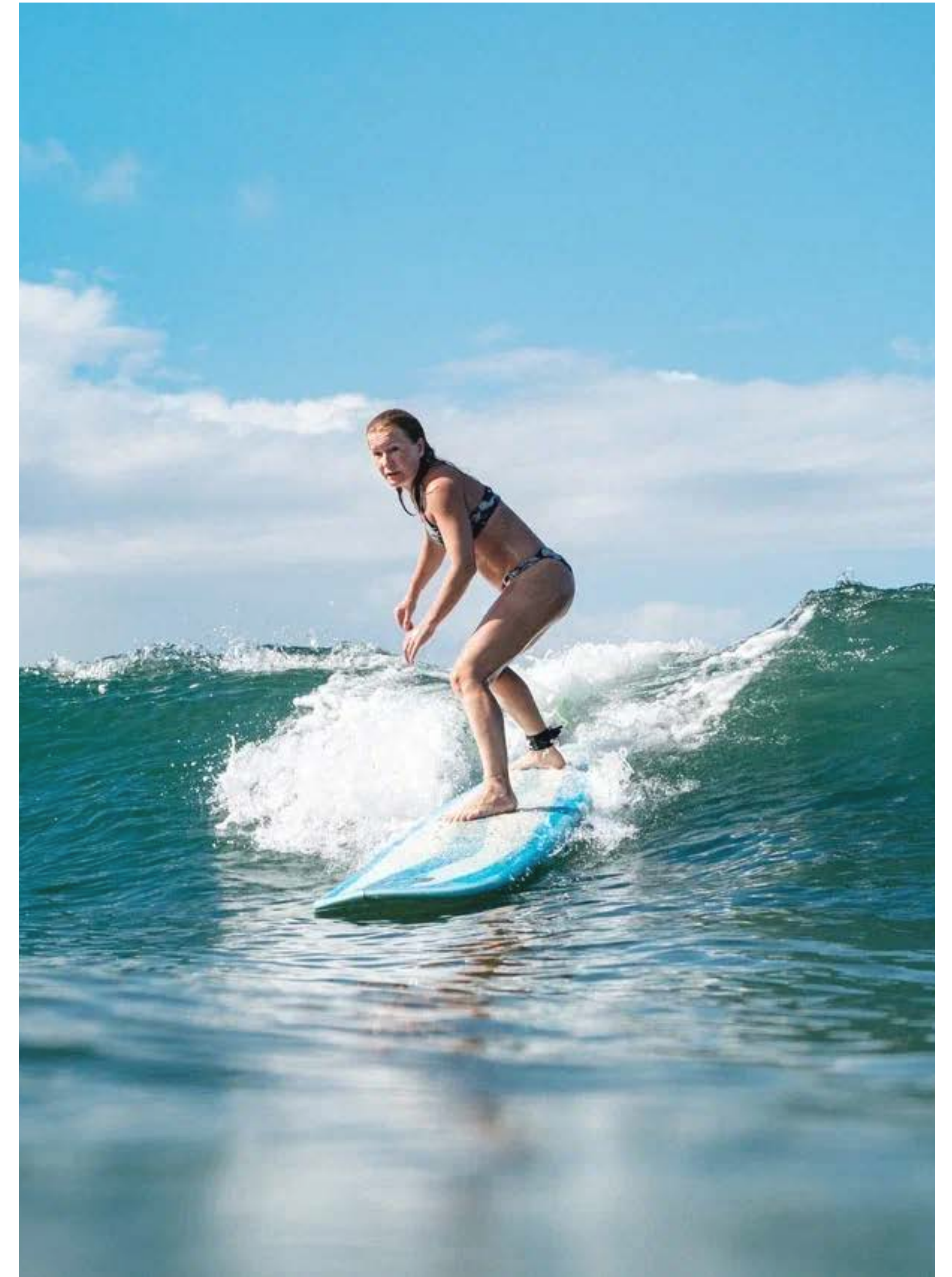
Вместо сёрфинга, вы можете выбрать другую опцию и отправиться на действующий вулкан Аrenal. Из всего множества вулканов, находящихся на территории Коста-Рики, этот вулкан, известный под названием Аrenal — самый молодой. Именно здесь чаще всего наблюдается активность в виде небольших, но очень эффектных извержений, не представляющих опасности для населения. Вечером нас ждет видео-разбор проездов и совместный ужин.

## День 11. Последний урок сёрфинга!

Соскучившись по доске, мы с радостью бежим на знакомый пляж на наше последнее сёрф-занятие. Мышечная память уже вовсю работает, так что мы легко достигаем все новых и новых вершин мастерства!

Сегодня состоится наш прощальный заключительный ужин . И последний видео-разбор проездов, где мы сможем сделать выводы и поставить дальнейшие цели.

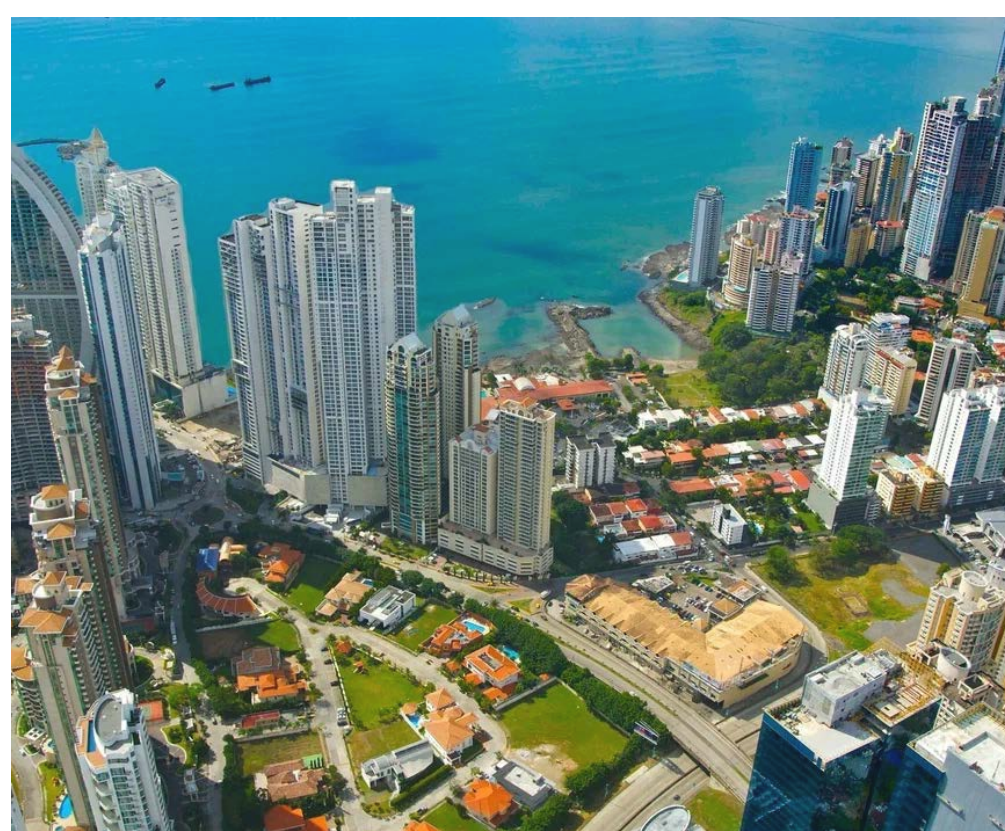
А еще мы пакуем вещи, делаем памятные селфи, говорим «до встречи!» любимшемуся Тихому океану.





## День 12. Вылет

С полными силами с утра отправляемся в аэропорт, ужасно довольные и наполненные эмоциями мы едем домой. В душе навсегда останутся бескрайние волны и лазурное небо, новые друзья и профессиональные наставники, ощущение безграничного счастья и радости.



Смотрите видео о нашем путешествии в Коста-Рику:



[СМОТРЕТЬ ВИДЕО](#) 