Tai Chi • Qigong • Arhitectură • Grădini • Cele cinci elemente

CĂLĂTORIE SENZORIALĂ

Marrakech, 9-15 Noiembrie 2026

Există călătorii în care descoperi un oraș.
Și există călătorii în care descoperi *un alt fel de a privi*.

În noiembrie vă invităm într-o experiență care îmbină explorarea culturală cu practica Tai Chi și Qigong, urmând simbolic cercul celor Cinci Elemente.

Vom descoperi Marrakech prin arhitectură, grădini, artă contemporană, gastronomie, lumină și mișcare, într-un ritm care ne invită să încetinim, să observăm și să ne lăsăm inspirați de energia locului.
Practicile zilnice de Tai Chi și Qigong vor însoți întreaga călătorie, oferind un cadru pentru a ne rafina simțurile, a cultiva prezența și a trăi mai profund fiecare întâlnire cu acest oraș fascinant.

Conceptul acestei călătorii este de a învăța să privim un oraș cu mai multă atenție.
Tai Chi și Qigong-ul sunt instrumentele care ne susțin în acest proces, iar arhitectura, arta și grădinile oferă contextul. Marrakech este decorul ideal, reunind într-un singur loc patrimoniul islamic, grădina ca spațiu al contemplării, designul contemporan și una dintre cele mai vibrante scene artistice din Africa.

Cum vom călători?

Nu ne propunem să vedem cât mai multe obiective, ci să descoperim un oraș în profunzime.
Vom alterna explorarea cu momente de practică, iar fiecare zi va avea un ritm firesc: mișcare dimineața, vizite prin oraș și grădini, pauze pentru a ne bucura de gastronomia locală și de atmosfera cafenelelor și restaurantelor marocane, iar seara practică meditativă sau doar timp pentru integrare.

Vom lăsa simțurile să devină ghidul nostru.
Vom observa și simți lumina, culorile, sunetele, texturile, aromele și gusturile.

Ghizii tăi

DANA te însoțește în această călătorie în calitate de instructor de Tai Chi și Qigong și arhitect. De peste douăzeci de ani explorează felul în care mișcarea, respirația și atenția cultivă o relație mai profundă cu noi înșine, cu natura și cu locurile pe care le locuim, chiar și pentru scurt timp.

În același timp, caută locurile în care spațiul spune o poveste. O inspiră arhitectura tradițională, grădinile istorice, designul contemporan și felul în care cultura modelează orașele. Călătorește încet, observă detaliile și îi place să înțeleagă identitatea unui loc dincolo de obiectivele turistice.

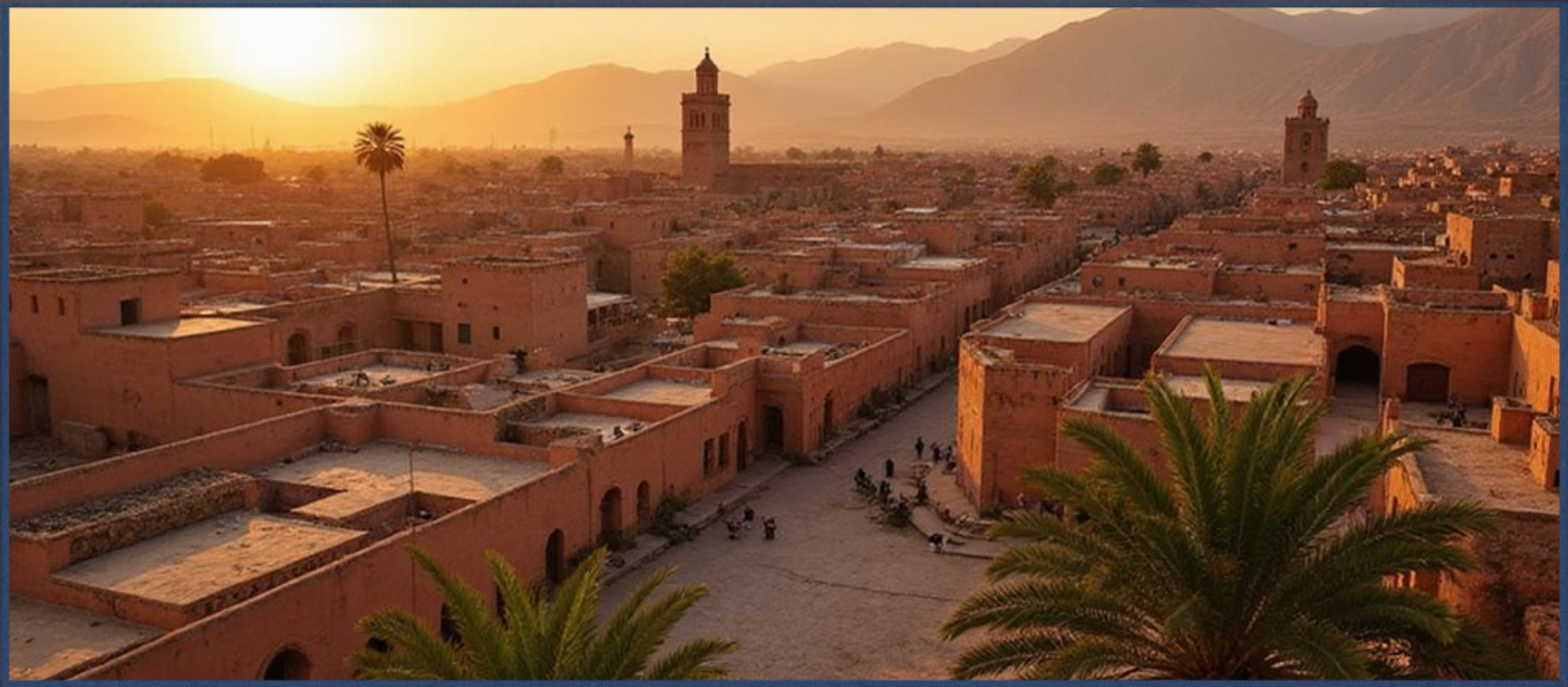
BLANKA este un explorator curios și atent, atrasă de întâlnirea cu alte culturi și de descoperirea locurilor care păstrează spiritul autentic al unei destinații. Practică Tai Chi și yoga și își cultivă constant interesul pentru cultura est-asiatică, studiind limbile chineză, coreeană și japoneză.

Pasionată de artă, muzică, cinematografie și experiențe culturale, are un talent aparte de a construi itinerarii echilibrate și de a căuta acele locuri mai puțin cunoscute și turistice, cu o energie aparte - grădini ascunse, cafenele intime, galerii și spații care dau personalitate unui oraș.

Această călătorie s-a născut din întâlnirea pasiunilor comune pentru orașe, grădini, arhitectură și pentru artele chinezești ale mișcării.

Despre Marrakech

Fondat în secolul al XI-lea, Marrakech este unul dintre cele patru orașe imperiale ale Marocului și este cunoscut drept **Orașul Roșu,** datorită zidurilor construite din pământul ocru al câmpiei Al Haouz.



Zidurile nu sunt doar un fundal al orașului. Pe parcursul zilei își schimbă culoarea odată cu lumina: dimineața ocru deschis, la apus aproape roșu-cărămiziu. Marrakech pare construit din aceeași materie ca pământul pe care se sprijină.

Un oraș al contrastelor. Forfota neîntreruptă a medinei, vocile negustorilor, mirosul condimentelor, culorile textilelor și ritmul străzilor creează impresia unei energii aflate într-o continuă mișcare. Și totuși, dincolo de zidurile austere ale riadurilor și palatelor se deschid grădini răcoroase, curți tăcute și spații de contemplare - oaze în care timpul pare să încetinească. În tradiția islamică, grădina este mai mult decât un loc de odihnă – este o imagine a universului ordonat, un spațiu în care natura, apa, lumina și arhitectura se întâlnesc în armonie.

Poate tocmai această alternanță dintre intensitate și liniște face din Marrakesh un loc atât de fertil pentru inspirație. Aici, trecutul și prezentul coexistă firesc: meșteșuguri vechi de secole se întâlnesc cu galerii de artă contemporană, palate istorice cu design modern, iar tradițiile continuă să fie trăite, nu doar admirate.

În cultura marocană, **frumusețea se păstrează adesea în interior**. Într-un singur sfert de oră poți trece de la o piață zgomotoasă la o grădină în care se aud doar apa și păsările. Această alternanță nu este o excepție, ci unul dintre ritmurile firești ale orașului. Din stradă nu bănuiești aproape nimic. O ușă discretă se deschide și, dincolo de ea, apare o altă lume: vegetație, apă, ceramică, lumină filtrată și răcoare..

Orașul are câteva oaze naturale, ascunse în spatele porților tradiționale precum **Le Jardin Secret**, în plus este mărginit de câteva grădini publice și private, precum precum **Koutubia Park**, **Grădinile Menara**, **ANIMA**, **Cactus Thiemann** sau **Ourika Bio-Aromatic Garden**.

În prezent, în oraș există peste 7.000 de **riaduri**, majoritatea ascunse pe străduțe anonime. Cazarea într-un riad este o experiență în sine, multe oferă mic-dejunuri spectaculoase și curți interioare superbe. Strada dispare imediat ce treci pragul. Înăuntru rămân umbra, apa, vegetația și cerul decupat deasupra curții. Este o arhitectură care nu impresionează prin monumentalitate, ci prin felul în care creează liniște. Vom locui într-un astfel de spațiu și vom descoperi unele dintre cele mai frumoase grădini ale orașului.

Marrakech nu trăiește doar din patrimoniul său.

În ultimii ani a devenit unul dintre cele mai interesante centre ale artei contemporane din nordul Africii. Vom vizita muzee și galerii care pun în dialog creația actuală cu tradiția marocană și vom descoperi cum designul, arhitectura și arta continuă să modeleze identitatea orașului.

Cum va fi Marrakech-ul tău?

În luna noiembrie, are o frumusețe aparte. Lumina devine mai blândă, aerul mai respirabil, iar ritmul orașului permite o explorare mai profundă și mai prezentă. Temperaturile sunt ideale pentru practică în aer liber, plimbări lungi prin grădini și seri petrecute pe terasele riadurilor.

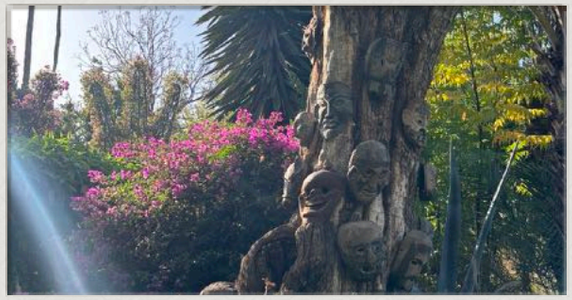
Parcursul călătoriei noastre este construit ca o traversare a celor 5 Elemente din tradiția chineză - Apă, Lemn, Foc, Pământ și Metal - fiecare deschizând un simț, o stare interioară, o percepție subtilă a energiei și toate împreună o rafinare a prezenței.

Prin Tai Chi, Qigong, meditație și explorarea grădinilor și atmosferei marocane, vom încetini ritmul și vom percepe, poate într-un mod nou, sunetul, lumina, culoarea, textura, gustul și spațiul care le cuprinde pe toate acestea.

Cum integrăm practica energetică?

În fiecare zi vom explora un element dominant și înțelegerea sa teoretică. În realitate, vom explora zilnic toate simțurile, însă vom pune accent rând pe câte pe unul dintre ele.

Vom avea și câte o întrebare sau o temă simplă de introspecție, fără a transforma experiența într-un proces prea încărcat.



LEMN

Vedere • Expansiune • Creativitate

Culoare: verde

Anotimp: primăvara

Susține claritatea, direcția și energia creativă. Vom explora geometria grădinilor marocane, vegetația luxuriantă, jocurile de lumină și culoare.

FOC

Simțire • Conexiune • Bucurie

Culoare: roșu, teracota

Anotimp: vară

Vom simți energia vibrantă a piețelor, căldura zidurilor roșiatice, dansul culorilor și vitalitatea orașului.

PAMANT

Centrare • Transformare • Hrănire

Culoare: galben, auriu, brun

Anotimp: vara târzie

Aromele marocane, ceaiul cu mentă, condimentele și mesele împărtășite transformă fiecare întâlnire într-un ritual al gustului, al prezenței și al conexiunii umane.

METAL /

Respirație • Rafinament • Esență

Culoare: alb

Anotimp: toamna

Parfumurile Marocului - flori, lemn, mirodenii, aer rece de seară - devin suport pentru meditație și rafinare interioară.

APA

Ascultare • Fluiditate • Profunzime

Culoare: albastru închis, indigo

Anotimp: iarna

Sunetele orașului la răsărit, liniștea grădinilor, respirația și mișcarea devin poarta către interiorizare și prezență.

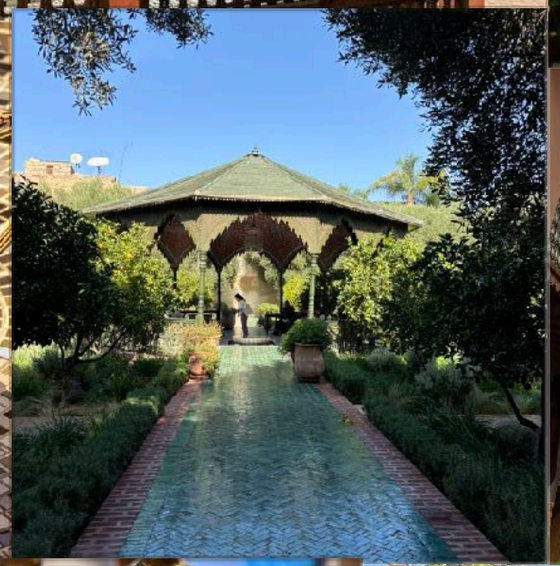
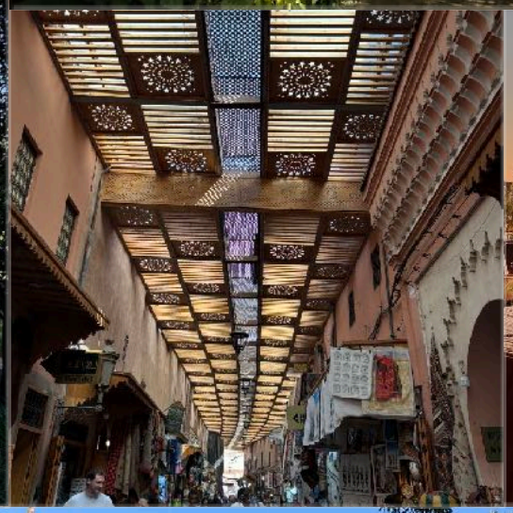
O invitație la prezență și reconectare profundă cu corpul, simțurile și energia vitală

Ce vom explora?

- **Grădini & spații pentru practică** - Anima Garden, Cactus Thiemann, The Organic Aromatic Garden of Ourika, Menara Gardens, Valea Ourika

- **Locuri emblematice din Marrakech** - Bahia Palace, El Badi Palace, Saadian Tombs, Le Jardin Secret, Dar el Bacha, Jardins Majorelle & muzeele YSL, Dar Si Said Museum, MACAAL

- **Experiențe culinare** - prânzuri și cine în restaurante autentice

Terrasse des épic

1910
BACHA
COFFEE

Fiecare dimineață poate începe cu practică în aer liber in zorii zilei, iar serile cu integrare, contemplare și momente de liniște sub cerul marocan.

Vom traversa grădini exotice, palate cu arhitectură fascinantă, souk-uri vibrante, spații cu parfum de cedru, trandafir și mentă, terase suspendate deasupra orașului și colțuri tăcute unde timpul pare să încetinească.

Culorile Marrakech-ului - roșu-teracotă, verde vegetal, alb mineral, albastru profund și nuanțele aurii ale pământului, vor deveni parte din practica noastră interioară.

Programul detaliat pe zile urmează sa fie finalizat in cursul lunii octombrie.

Detalii organizatorice

Perioada călătoriei: 9 - 15 noiembrie 2026

Număr participanți: 6-8 persoane

Pret / persoană: 1100 euro x cazare camera dublă în regim single, **737 euro** x cazare camera dublă în regim double (2 persoane)

Costul include:

- **Transfer aeroport-cazare/ cazare-aeroport** pentru zborul recomandat (vezi pagina următoare)
- **Sesiunile de Tai Chi / Qigong** - 7 sesiuni x min 60 min, o dată sau două pe zi
- **Cină tradițională în prima seară** (La Pergola Rooftop sau Terasse des Arts)
- **Intrările la următoarele obiective turistice și grădini**: Jardins Majorelle & muzeele, Anima Garden, Cactus Thiemann, Ourika Botanical Garden, Le Jardin Secret, MACAAL
- **Cazare 6 nopți cu mic dejun inclus** în riad tradițional, ales pentru atmosferă, arhitectură și poziționare potrivită explorării orașului

Condiții înscriere

Locul se rezerva prin plata unui **avans în valoare de 400 euro** (Tranșa 1) **până la data de 12 septembrie 2026,** iar **Tranșa 2** (restul sumei) **se achită până la 1 noiembrie 2026**. Detaliile cu privire la împărțirea pe camere le vom stabili împreună ulterior.

Costul nu include:

- Biletul de avion
- Asigurarea medicală /de călătorie
- Intrările la alte muzee & obiective turistice în afara celor menționate mai sus (pentru vizitarea lor alocați-vă un buget de aproximativ 45-50 euro)

Zbor recomandat

- Plecare București, aeroport Otopeni - **9 noiembrie, 2:30 PM** (sosire Marrakech la 6:35 PM); operator WizzAir, zbor direct
- Plecare Marrakech, aeroport Menara - **15 noiembrie, 10:25 AM** (sosire București la 9:40 PM); operator Ryan Air, escală de aprox. 2 ore în Birmingham
- **Cost bilet dus-întors** (include bagaj de mână 10kg + 1 bagaj mic de cabină, priority boarding) - **aprox. 300 euro**

În cazul în care doriți sa alegeți alte variante de zbor decât cel de mai sus, putem oferi asistență pentru asigurarea transferului aeroport / cazare - cazare /aeroport.

Pentru întrebări & înscrieri scrieți-ne la:

contact@fiveelements.ro

whatsapp 0723928558