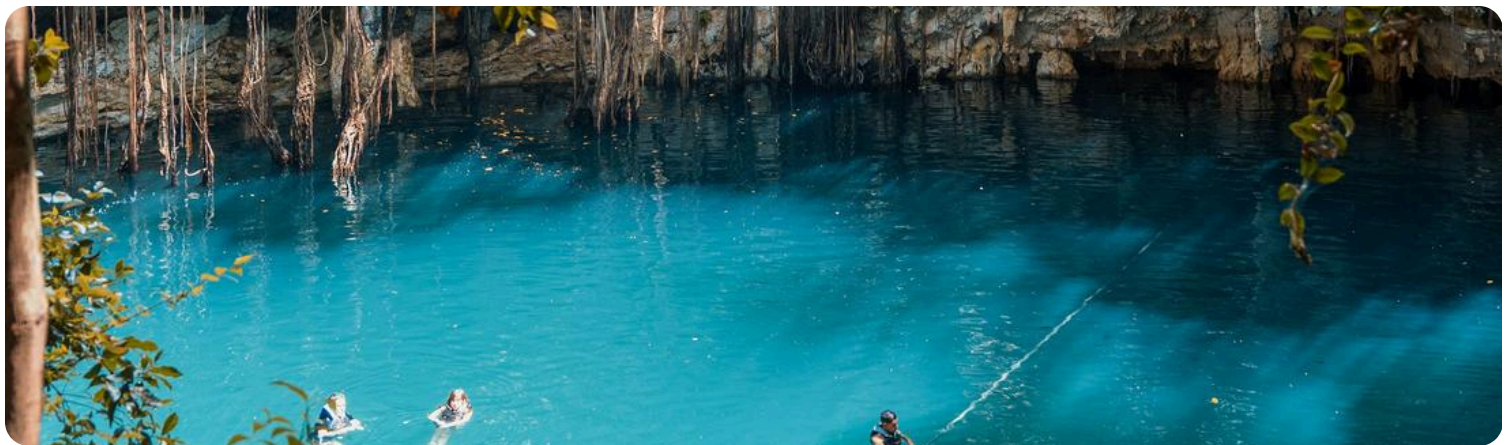


Тревел-ретрит в Мексике, Ривьера Майя

Riviera Maya

Mila | 9 days

Updated: August 20, 2026



Overview

Этот гид создан и для тех, кто только присматривается к путешествию, и для тех, кто уже забронировал место. Здесь практические детали: как проходит каждый день, что брать с собой и какие нюансы делают поездку спокойнее.

Всё продумано: Основные трансферы, входы, гиды и программа уже организованы. На экскурсии не нужно брать с собой крупные суммы наличных.

Маленькая группа: Мы не путешествуем колонной туристических автобусов. Формат рассчитан на небольшую группу, более спокойный ритм и личное сопровождение.

Природа: В сенотах, заповедниках и при встрече с животными мы соблюдаем местные правила: не трогаем диких животных, не оставляем мусор и используем только органические средства защиты (spf, репелленты).

Главное правило поездки: не угадывать - спрашивать. Если меняется рейс, вы не видите водителя, сомневаетесь, что взять на экскурсию, или хотите

добавить индивидуальную активность - пишите. Мы решаем такие вещи до того, как они превращаются в стресс.

Полезно сохранить PDF в телефон офлайн. Перед поездкой также сохраните паспортные данные, страховой полис и контакт организатора отдельно от основного телефона.

Places and Experiences

14 Attractions

1 Hotel

3 Locations

Itinerary

9 days

Day 1

Ваше путешествие начинается с прилёта в международный аэропорт Cancún International Airport или Tulum International Airport — в зависимости от того, какой вариант перелёта будет для вас удобнее.

После прилёта вас встретит наш представитель по заранее согласованному сценарию: за несколько дней до поездки вы получите подробные инструкции: информацию о месте встречи и контакты водителя, чтобы чувствовать себя спокойно и уверенно с самого начала путешествия.

Частный трансфер доставит вас в уютный бутик-отель на первой линии Карибского моря в Playa del Carmen, где у вас будет время мягко восстановиться после дороги, заселиться и немного отдохнуть.

В зависимости от времени вашего прилёта у вас останется свободное время, чтобы насладиться атмосферой побережья: отдохнуть у бассейна или в beach club, искупаться в тёплом Карибском море, прогуляться вдоль пляжа или, при желании, заранее забронировать SPA-процедуры для полного расслабления тела и нервной системы после перелёта.

Вечером состоится первая встреча с группой и организатором ретрита. Мы соберёмся на совместный ужин-знакомство, а затем проведём символическую церемонию открытия путешествия с мягкой практикой медитации на пляже под шум Карибского моря.



Cancun International Airport

Attraction

📍 Carr. a Aeropuerto Cancún, 77500 Cancún, Q.R., Mexico

☎ +52 998 848 7200

Сначала паспортный контроль, затем багаж и таможня. В CUN несколько терминалов, но в каждом из них вы найдете два разных выхода: 1 - на парковку больших автобусов для туристических групп, 2 - на парковку автомобилей, где встречают семья и друзья. Вам нужен выход для Family & Friends!

По дороге к этому выходу вас могут встретить несколько человек, предлагающих свои услуги трансфера. Если кто-то из них вам сообщит, что ваш водитель «не приехал», не покупайте другой трансфер: выйдите в согласованную зону и свяжитесь с Милой или водителем.

В здании аэропорта работает бесплатный wi-fi.

С самого аэропорта мы меняем ритм: не «пакетный туристический поток», а маленькая группа и понятная личная логистика.

Tips

Точный терминал и дверь встречи зависят от вашего рейса; финальная инструкция важнее любых общих советов в интернете. Не передавайте багаж и документы незнакомым «помощникам». Представитель трансфера будет ждать Вас с табличкой с Вашим именем в заранее подтвержденной точке.



Petit Lafitte Hotel

Hotel

📍 Xcalacoco Manzana 21 Fraccion 3 Region 4l 86, Playa Del Carmen, QR, Mexico

☎ 9848774000

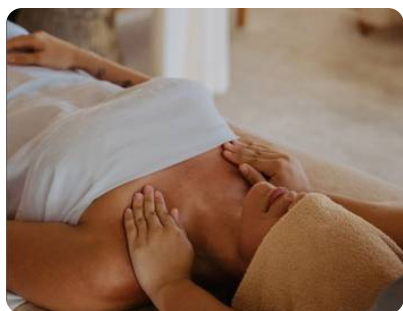
Дорога до Petit Lafitte обычно занимает около 45–60 минут без серьёзных пробок.

Вы будете проживать не в общем здании отеля со стандартными номерами, для вас будут подготовлены бунгало Jungle Experience. Бунгало создают уютную, спокойную и умиротворяющую атмосферу посреди великолепных джунглей майя, всего в нескольких шагах от Карибского моря. Здесь царит ощущение уединения и близости к природе, лишённое суеты, характерной для типичных курортов. В то же время вы находитесь в шаговой доступности от Карибского моря, пляжного клуба, бассейна, ресторанов, баров и всей инфраструктуры отеля.

После заселения у вас будет время на отдых, вечером - первый совместный ужин и знакомство группы.

Tips

Подготовьте лёгкую сменную одежду и биоразлагаемый репеллент для вечера.



Spa Massage

В свободное время можно дополнить путешествие массажем или уходовой процедурой прямо в отеле. Это особенно приятно в первый день после перелёта, в свободный день или ближе к завершению поездки.

Массажи:

Шведский массаж — 60 минут / 900 MXN

Мягкий расслабляющий массаж, направленный на снятие напряжения. В описании отеля отдельно подчёркивается

атмосфера отдыха под звук моря.

Массаж спины — 30 минут / 500 MXN

Короткий вариант для снятия мышечного напряжения, особенно хороший после перелёта, долгой дороги или насыщенного экскурсионного дня.

Комбинированный массаж — 80 минут / 1 300 MXN

Более полноценная процедура, объединяющая элементы шведского массажа, deep tissue, рефлексологии и shiatsu.

Рефлексология — 50 минут / 900 MXN

Точечное воздействие на стопы и кисти, направленное на расслабление и общее восстановление.

Массаж горячими камнями — 80 минут / 1 300 MXN

Глубоко расслабляющая процедура с горячими камнями. Отель описывает её как массаж для полного расслабления и восстановления баланса.

Deep Tissue / массаж глубоких тканей — 60 минут / 900 MXN

Более интенсивная техника для снятия выраженного мышечного напряжения и проработки зажатых участков.

Ароматерапевтический массаж — 60 минут / 900 MXN

Расслабляющий массаж с ароматическими и терапевтическими цветочными эссенциями.

Уходы за телом

Солевой пилинг — 30 минут / 400 MXN

Лёгкая процедура с морской солью и ароматическими маслами, которая помогает мягко отшелушить кожу и хорошо подходит как небольшой wellness-ритуал после нескольких дней солнца и моря.

Уходы за лицом

Express Facial — 30 минут / 700 MXN

Быстрый уход за лицом для тех, кто хочет освежить кожу, но не тратить много времени на SPA.

Увлажняющий facial — 50 минут / 900 MXN

Уход, направленный на увлажнение кожи и более свежий, сияющий внешний вид — особенно актуально после солнца, перелёта и солёной морской воды.

Tips

SPA-процедуры не входят в стоимость тревел-ретрита и оплачиваются дополнительно. Если вы хотите записаться на массаж в день приезда или в свободный день, лучше сообщить нам заранее - мы поможем согласовать удобное время.

Day 2

Утро второго дня начинается неспешно и мягко. По желанию вы сможете присоединиться к практике йоги, которая проходит прямо на территории нашего отеля в уютной палате, окружённой тропической зеленью и наполненной звуками природы. Пространство полностью оборудовано всем необходимым для комфортной практики и подходит как для начинающих, так и для тех, кто давно знаком с йогой.

После практики нас ждёт вкусный и сбалансированный завтрак, а затем мы отправимся в Akumal - небольшой прибрежный городок, известный своей природой, спокойной атмосферой и удивительно прозрачной водой (около 40 минут в пути).

Первой остановкой станет центр спасённых животных, расположенный среди настоящих джунглей. Здесь в бережной и уважительной среде живут спасённые обезьяны, а также многие другие представители местной фауны. Это возможность не просто увидеть животных, а почувствовать себя внутри живой природы Юкатана.

После этого нас ждёт одно из самых красивых побережий Ривьеры Майя - тёплое Карибское море, белый песок и снорклинг у кораллового рифа. Здесь вы сможете поплавать рядом с огромными морскими черепахами в их

естественной среде обитания, наблюдая за подводным миром Мексики среди ярких тропических рыб и кристально чистой воды.

После насыщенного дня мы возвращаемся в наш бутик-отель в Playa del Carmen, где вечером нас будет ждать совместный ужин и время для отдыха.



Akumal Monkey Sanctuary

Attraction

📍 Camino a Uxuxubi S/N Predio Santa Pilar Lote 16, 77776 Akumal, Q.R., Mexico

☎ +52 984 123 1083

Экскурсия проходит с обученными гидами (на английском или испанском языке) и вашим сопровождающим (говорит на русском языке), включает образовательную программу взаимодействия с некоторыми животными.

Tips

В джунглях может быть солнечно и влажно, подготовьте головной убор, органические средства защиты (spf, репелленты), бутылку с водой. Если что-то забудете - на территории Monkey Sanctuary есть магазин.



Akumal turtles reef

Attraction

📍 Reforma Agraria Supermanzana Playa, 77776 Akumal, Q.R., Mexico

☎ +52 998 534 3766

Снорклинг проходит по регулируемым маршрутам с авторизованным гидом и спасательным жилетом.

Черепаш нельзя трогать, кормить или преследовать.

Мы наблюдаем, а не вмешиваемся.

Встреча с дикой природой вероятна, но никогда не гарантируется.

Tips

Возьмите с собой купальник и небольшое полотенце. Лучше не наносить лишние средства на кожу непосредственно перед водой. Все экосборы и туристические налоги оплачиваются организатором (включены в стоимость путешествия), поэтому не берите с собой крупные суммы наличных. Можете подготовить небольшие суммы для покупки сувениры или на чаевые - только по вашему желанию.

Day 3

Утро этого дня, как и предыдущего, начинается в спокойном и мягком ритме: практика йоги и вкусный завтрак с видом на Карибское море.

После этого день остаётся более свободным и гибким, чтобы каждый мог выбрать именно тот формат отдыха и впечатлений, который ему ближе всего.

Мы можем организовать неспешную прогулку по Playa del Carmen - атмосферному курортному городу с местными магазинчиками, рынками, кафе, барами и знаменитой Пятой Авеню, где особенно чувствуется живая энергия Мексики.

Также можно отправиться на один из соседних пляжей - место с белоснежным песком, мангровыми зарослями и уникальным сенотом прямо у моря, где пресная вода выходит из-под земли и соединяется с солёной водой Карибского моря. Здесь можно увидеть настоящие мангровые экосистемы и понаблюдать за представителями местной флоры и фауны в их естественной среде.

Для тех, кому хочется ещё больше впечатлений, доступны дополнительные активности и экскурсии. Одной из самых популярных является путешествие на катамаране к острову Isla Mujeres: бирюзовая вода, снорклинг, открытый бар и отдых на Playa Norte - пляже, который регулярно входит в списки лучших пляжей мира.

Также по желанию можно организовать дайвинг на острове Cozumel, знаменитом своим коралловым рифом и считающемся одним из лучших мест для дайвинга в мире, в подводном музее или в сенотах. Для любителей ярких эмоций возможны и другие дополнительные активности, например, прыжок с парашютом над Карибским морем, снорклинг в подземных реках или индивидуальные экскурсии по вашему запросу.

Вечером мы снова собираемся вместе за совместным ужином в нашем бутик-отеле на берегу моря.



La Quinta Avenida

Attraction

📍 Quinta Avenida, Gonzalo Guerrero, 77710 Playa del Carmen, Q.R., Mexico

☎ +52 33 3584 7382

Ла-Кинта-Авенида (или Пятая авеню) - это оживленная пешеходная улица. Она протянулась почти на милю, и вдоль нее расположено множество магазинов, бутиков, ресторанов и баров, создающих атмосферу, привлекательную как для туристов, так и для местных жителей. Авеню славится сочетанием рынков с изделиями народных промыслов и элитных магазинов, что делает ее популярным местом для шопинга и отдыха.

Tips

Тут множество сувенирных магазинов (если хотите купить знаменитые сомбреро или расписанные черепа), а также несколько музеев текилы с возможностью бесплатной дегустации. В начале улицы вы увидите «Портал Майя» - впечатляющий памятник в Плайя-дель-Кармен, посвященный богатой истории и культуре древней цивилизации майя. Эта величественная скульптура, открытая в 2004 году, представляет собой возвышающиеся фигуры мужчины и женщины народа майя, символизирующие единство и связь с морем.



Playa Punta Esmeralda

Attraction

📍 JWXX+3X, 77728 Playa del Carmen, Quintana Roo, Mexico

Плайя-Пунта-Эсмеральда - это спокойный пляж, известный своими изумрудными водами и мягким белым песком, пресной водой двух сенотов, расположенных прямо на пляже, и мангровыми зарослями по дороге к пляжу.

Tips

Вблизи пляжа нет отелей, ресторанов и бич-клубов, поэтому лучше взять с собой воду и небольшой перекус.



Isla Mujeres

Mexico

Исла-Мухерес - живописный остров, расположенный недалеко от побережья Канкуна. Благодаря великолепным пляжам, богатому подводному миру и наследию цивилизации майя он пользуется популярностью у путешественников, ищущих спокойного островного отдыха. Несмотря на свою известность, острову удалось сохранить непринужденную атмосферу, что делает его идеальным местом, где можно укрыться от суеты крупных туристических центров.

Tips

Мы можем отправиться в путешествие на катамаране к острову: snorkлинг, открытый бар и отдых на Playa Norte - пляже, который регулярно входит в списки лучших пляжей мира.



El Cielo Cozumel

Attraction

📍 Calle 105, Calle Miguel Hidalgo entre 5 e, 77600 Cozumel, Q.R., Mexico

☎ +52 987 102 0702

Эль-Сьело - известная природная достопримечательность, расположенная у побережья острова Косумель (Мексика). Это популярное место для snorkелинга и дайвинга, славящееся своими кристально чистыми бирюзовыми водами. Название «Эль-Сьело» переводится как «Небо» и прекрасно отражает потрясающее зрелище: усеивающие песчаное дно морские звезды напоминают звезды на ночном небе. Эта территория входит в состав Национального морского парка рифов Косумеля, созданного для защиты уникальной морской флоры и фауны и сохранения природной красоты этих мест.

Tips

Добраться до El Cielo Cozumel можно только в ходе лодочных экскурсий.



Laguna Tours Muyil

Attraction

📍 77132 Quintana Roo, Mexico

☎ +52 983 124 8001

Захватывающий эко-приключенческий тур по живописным ландшафтам - сплав на байдарках по мангровым зарослям, лагуны, каналы и природный float в биосферном заповеднике.



Punta Laguna

Attraction

📍 77750, Punta laguna, 77750 Punta Laguna, Q.R., Mexico

☎ +52 986 117 2400

Природный заповедник Пунта-Лагуна, раскинувшийся среди бескрайних диких джунглей, - одно из лучших мест для близкого знакомства с разнообразной фауной Юкатана. На территории заповедника площадью 5000 гектаров обитают более 600 паукообразных обезьян и обезьян-ревунов, а также пумы, крокодилы, носухи, белохвостые олени и множество видов тропических птиц.

В программу часто включают посещение традиционной деревни майя на территории заповедника: здесь можно осмотреть дома с крышами из пальмовых листьев, попробовать блюда местной кухни и узнать больше о коренных жителях.

Главной достопримечательностью заповедника является огромное озеро Пунта-Лагуна, идеально подходящее для катания на каяках. Среди других популярных развлечений — пешие прогулки по джунглям, спуск на веревках (раппелинг) в подземные пещеры и скоростные спуски по тросам (зиплайн) над кронами деревьев.

Tips

Не забудьте средство от насекомых и удобную обувь. У входа в заповедник есть небольшой магазин, на территории Пунта-Лагуны что-то купить не получится.

Day 4

Утро начинается в уже привычном для нас мягком ритме: практика йоги в пространстве отеля, наполненном зеленью и звуками природы, затем спокойный завтрак у Карибского моря перед одним из самых насыщенных и впечатляющих дней путешествия.

Сегодня мы отправимся вглубь полуострова, навстречу древней истории, колониальной архитектуре и священным местам цивилизации Майя. Это самый длинный дорожный день путешествия (дорога в одну сторону около 3 часов) и один из самых насыщенных.

Мы выезжаем из штата Quintana Roo в штат Yucatán.

Первой важной точкой этого дня станет Chichén Itzá - одно из Новых семи чудес света и, пожалуй, одно из самых известных археологических мест Мексики. Здесь древняя архитектура Майя раскрывается не только как памятник истории, но и как отражение их глубоких знаний о космосе, времени и природе. Во время экскурсии вы сможете увидеть легендарную пирамиду Кукулькана и узнать больше о символике, культуре и мировоззрении этой цивилизации. Также мы отправимся к священному сеноту Ik Kil.

Во второй половине дня нас ждёт прогулка по колониальному городу Valladolid - одному из самых атмосферных городов Юкатана. Здесь история ощущается буквально в каждой улице: цветные фасады домов, старинные церкви, локальные рынки, уютные площади и спокойный ритм настоящей мексиканской провинции. У вас будет время прогуляться по центру города, заглянуть в местные магазинчики и почувствовать его особый характер и настроение.

Вечером мы возвращаемся обратно в наш бутик-отель в Playa del Carmen, где нас будет ждать совместный ужин и отдых после насыщенного дня.



Chichen Itza

Yucatan, Mexico

Чичен-Ица - один из самых известных археологических памятников Мексики, расположенный на полуострове Юкатан. Этот город был важным центром в северной части низменностей

мая в периоды поздней и финальной классики. Памятник славится своими архитектурными шедеврами, в том числе пирамидой Кукулькана (также известной как Эль-Кастильо) - ступенчатой пирамидой, возвышающейся в центре комплекса. Чичен-Ица внесена в список Всемирного наследия ЮНЕСКО и входит в число «Новых Семи Чудес Света», ежегодно привлекая миллионы туристов. Она позволяет получить ценные сведения о цивилизации майя, ее культуре и астрономических познаниях.

Tips

Это открытая археологическая зона: сложного трекинга нет, но много ходьбы, солнца и мало тени. На пирамиды не поднимаются. Нельзя заходить с едой.



Ik Kil

Attraction

📍 Ik Kil, 97756 Yucatan, Mexico

Ик-Киль - завораживающий сенот, расположенный недалеко от Чичен-Ицы и знаменитый своими кристально чистыми бирюзовыми водами и пышной растительностью. Этот природный карстовый провал глубиной около 60 метров дарит потрясающие виды и уникальную возможность поплавать в окружении величественных каменных стен. Атмосферу умиротворения создают свисающие лианы и покрытые мхом скалы. Территория оборудована всем необходимым для туристов - здесь есть дорожки и смотровые площадки, что делает это место удобным для фотосъемки и отдыха. Согласно местным преданиям, сеноты считались священными у древних майя и часто использовались для проведения религиозных обрядов.

Tips

Возьмите с собой купальник, на случай если захотите освежиться в прохладной воде сенота.



Valladolid

Yucatan, Mexico

Вальядолид - очаровательный город в штате Юкатан, известный своей богатой историей, связанной с цивилизацией майя, и колониальной архитектурой. Город предлагает уникальные

гастрономические впечатления благодаря местной кухне. Здесь у нас будет время увидеть центральные улицы, заглянуть в кофейню или на рынок.

Tips

Обязательно попробуйте что-то из кухни Юкатана - она отличается от кухни штата Кинтана Роо. Возьмите с собой немного наличных на кофе, сувениры и личные покупки.

Day 5

Утро начинается в привычном ритме: мягкая практика йоги, шум волн Карибского моря, тёплый тропический воздух и неспешный завтрак с видом на побережье перед ещё одним насыщенным днём путешествия.

Сегодня нас ждёт знакомство с Xcaret - одним из самых известных экологических и культурных парков Мексики, расположенным между джунглями, подземными реками и Карибским морем. Это место было создано на территории древнего поселения Майя и объединяет в себе природу, культуру, историю и атмосферу настоящей Мексики.

Парк находится в Плая дель Кармен (примерно 20 минут от нашего отеля), но мы там проводим целый день и возвращаемся в отель позднее обычного.

В течение дня у вас будет возможность исследовать парк в комфортном ритме: проплыть по знаменитой подземной реке с прозрачной пресной водой, проходящей через пещеры и природные туннели, прогуляться среди тропической зелени и мангровых зарослей, посетить природные лагуны, пляжи и пространства, посвящённые культуре и традициям Мексики.

Ближе к вечеру нас ждёт одно из самых впечатляющих событий всего путешествия - знаменитое шоу Xcaret México Espectacular, в котором более 300 артистов через музыку, танец, костюмы и визуальные постановки

рассказывают историю и культурную душу Мексики от древних цивилизаций до современной страны.



Xcaret México

Attraction

📍 Chetumal Supermanzana kilómetro 282, puerto Juárez, 77710 Playa del Carmen, Q.R., Mexico

☎ +52 998 883 3143

Xcaret México — это знаменитый эко-археологический парк в Плайя-дель-Кармен, сочетающий в себе красоту окружающей природы и знакомство с культурным наследием.

На территории парка расположены реконструированная деревня Майя, археологические зоны, мастерские традиционных ремёсел, павильоны с местной флорой и фауной, а также многочисленные пространства, позволяющие глубже почувствовать историю и культурное наследие страны.

Xcaret огромный. Мы не ставим задачу «успеть всё». Выбираем то, что интересно группе, оставляя силы на вечер.

Tips

Мы попадаем в парк во время Festival de Tradiciones de Vida y Muerte 2026 - именно тогда Xcaret наполняется ofrendas, cempasúchil, гастрономией, ремёслами, театром и вечерними представлениями. Обязательна удобная обувь - в парке много ходьбы, а также купальник, полотенце и органический солнцезащитный крем.

Day 6

Утро начинается в уже привычном спокойном ритме: мягкая практика йоги и неспешный завтрак.

Сегодня мы отправимся в еще одно уникальное место, где древняя история Майя встречается с джунглями, морем и атмосферой карибского побережья.

Первой остановкой станут руины Cobá (примерно 1,5 часов дороги) - одного из самых загадочных древних городов цивилизации Майя, скрытого среди густых джунглей. В отличие от многих других археологических зон, здесь особенно ощущается близость природы: древние каменные дороги, лесные тропы, высокие пирамиды и звуки джунглей создают атмосферу настоящего путешествия во времени. Это место позволяет не просто увидеть руины, а почувствовать масштаб и глубину древнего мира Майя среди живой природы Юкатана.

После этого мы отправимся в Tulum - одно из самых известных и атмосферных мест всего Карибского побережья Мексики. Здесь нас ждут легендарные руины Тулума, расположенные прямо над бирюзовым морем на скалистом берегу Карибского моря. Постоянный морской ветер, белый камень древнего города и бескрайняя голубая вода создают здесь совершенно особую атмосферу, благодаря которой Тулум считается одним из самых красивых археологических мест мира.

Вечером мы возвращаемся обратно в наш бутик-отель в Playa del Carmen, где нас будет ждать совместный ужин.

А после ужина, при желании, мы сможем отправиться на городское кладбище, чтобы стать свидетелями одной из самых глубоких и атмосферных традиций Мексики - празднования Дня Мертвых. В эти дни кладбища наполняются свечами, цветами, музыкой и семьями, приходящими почтить память своих близких, превращая это место не в пространство скорби, а в удивительно живой и трогательный культурный опыт.



Mayan Ruins of Cobá (Zona Arqueológica de Cobá)

Attraction

📍 77793, Quintana Roo Nuevo Durango - Cobá 175, 77793 Cobá, Q.R., Mexico

Руины древнего города майя Коба, основанного еще в 100 году н. э., - это археологический комплекс славится своими обширными постройками, в том числе самой высокой пирамидой на полуострове Юкатан - Нохоч-Муль, высота которой достигает 42 метров (138 футов). Посетители могут осмотреть сеть древних дорог, известных как «сакбеоб», которые соединяют между собой различные храмовые комплексы.

Tips

С 2026 года вновь можно подниматься на вершину пирамиды Нохоч-Муль (по желанию). Передвигаться по комплексу мы будем на велорикшах, поскольку большая территория древнего города не позволит увидеть все в ходе пешей прогулки.



Tulum

Attraction

📍 Zona Hotelera Tulum, 77765 Tulum, Quintana Roo, Mexico

☎ +52 983 837 2411

Тулум - это живописный прибрежный город на мексиканском побережье Карибского моря, известный своими потрясающими пляжами и исторической значимостью. Город славится прекрасно сохранившимися древними руинами майя, возвышающимися над сверкающим бирюзовым морем.

Tips

Захватите с собой купальник, если останется время после просмотра археологических комплексов, мы спустимся к морю, чтобы посмотреть знаменитый Tulum Beach.

Day 7

Утро начинается в спокойной и расслабленной атмосфере нашего отеля: мягкая практика йоги и неспешный завтрак.

Сегодня мы отправимся в скрытый мир сенотов и тропических джунглей (примерно 1 час дороги) - мест, которые на протяжении веков считались священными у цивилизации Майя. В течение дня нас ждёт отдых в одном из красивейших пресноводных сенотов: кристально чистая вода, природная

пещера, лучи света, проходящие сквозь каменные своды, и особая атмосфера тишины и покоя, которую сложно передать словами.

У нас будет время искупаться, отдохнуть среди джунглей, насладиться природой и, при желании, устроить небольшой пикник в окружении тропической зелени. Этот день станет возможностью немного замедлиться, выдохнуть и почувствовать совсем другую сторону Ривьеры Майя - более природную, тихую и наполненную внутренним спокойствием.

Ближе к вечеру нас ждёт одна из самых глубоких и аутентичных практик всего путешествия - традиционная церемония Темаскаль. Это древний ритуал очищения и обновления, пришедший из культур Мезоамерики, который проводится в специальном каменном куполе под руководством проводника церемонии. Темаскаль сочетает в себе тепло вулканических камней, травы, ароматический пар, медитативное состояние и элементы традиционных практик очищения, помогая отпустить накопившееся напряжение.

После церемонии мы возвращаемся обратно в наш бутик-отель, где нас будет ждать совместный ужин и спокойный вечер для отдыха и интеграции впечатлений этого дня.



Cenote Kin-Ha

Attraction

📍 Cenote Kin-Ha, 77597 Quintana Roo, Mexico

Это потрясающий природный сенот, расположенный среди живописных пейзажей, - карстовый провал с кристально чистой водой, окруженный пышной зеленью, служит идеальным местом для плавания, сноркелинга и отдыха на лоне природы. Солнечные лучи, пробивающиеся сквозь кроны деревьев, создают завораживающую атмосферу, располагающую к фотосъемке и погружению в умиротворяющую обстановку. Сеноты, подобные Кин-Ха, играют важную роль в культуре майя и часто считаются

священными местами. Посетители могут освежиться в прохладной воде, благодаря чему это место пользуется большой популярностью у путешественников, исследующих полуостров Юкатан.

Tips

Возьмите с собой наличные, если захотите подкрепиться в снэк-баре на территории сенота. Купальник, water shoes, полотенце. Не ныряйте там, где это не разрешено, и всегда следуйте инструкции локального персонала.



El Temazcal

Attraction

📍 V36J+GH, Zona Urbana, 77580 Puerto Morelos, Q.R., Mexico

Темаскаль предлагает уникальную возможность погрузиться в культуру коренных народов через традиционные паровые ритуалы. Участники проходят процедуру очищения паром, насыщенного ароматами различных трав. Сеанс проводит опытный мастер, который сопровождает участников на всех этапах, сочетая оздоровление с глубоким уважением к древним обычаям.

Tips

Перед практикой важно пить воду и не употреблять алкоголь. Если у вас есть беременность, заболевания сердца/дыхательной системы или плохая переносимость жары - обязательно сообщите заранее. Возьмите с собой полный сухой комплект одежды, чтобы переодеться после церемонии.

Day 8

Утром нас ждет мягкая практика йоги и неспешный завтрак с видом на Карибское море в спокойной атмосфере, позволяющей телу и сознанию постепенно проснуться и восстановиться после насыщенных впечатлениями предыдущих дней.

Этот день будет более свободным и расслабленным. У вас останется время для отдыха, прогулок вдоль моря, купания, неспешного пребывания в beach

club или просто возможности побыть наедине с собой и своими ощущениями. После глубокого опыта Темаскаля пространство этого дня создано специально для мягкой интеграции, внутреннего замедления и восстановления баланса.

При желании вы сможете провести время у бассейна, прогуляться по городу или запланировать дополнительную экскурсию.

Вечером нас ждёт особенное завершающее пространство - церемония какао и практика sound healing. В атмосфере мягкого света, музыки и живых вибраций инструментов мы создадим пространство для расслабления, гармонизации внутреннего состояния и бережного завершения этого этапа путешествия. Церемониальный какао традиционно используется как напиток, помогающий раскрыть состояние внутреннего тепла, присутствия и соединения с собой, а звуковая практика помогает телу глубже расслабиться и восстановить внутренний баланс.

После церемонии мы соберёмся вместе на совместный ужин.



Cacao & Sound Healing

Церемония начинается с тёплого церемониального какао и спокойной практики, которая помогает переключить внимание с внешних впечатлений на собственные ощущения. Затем вы просто устраиваетесь поудобнее, закрываете глаза и отдыхаете под живое звучание поющих чаш и других инструментов.

Не нужно ничего уметь, достигать особого состояния или иметь опыт медитации. Это прежде всего красивый ритуал замедления - возможность на время убрать телефон, разговоры и планы на завтра.

Tips

Одевайтесь в максимально удобную свободную одежду.

Day 9

Последнее утро нашего путешествия начинается в спокойной и уже такой знакомой атмосфере: заключительная практика йоги, шум Карибского моря, тёплый ветер и неспешный завтрак в отеле перед завершением ретрита.

После завтрака мы соберёмся вместе для символической церемонии закрытия, для осознания прожитого опыта, благодарности и мягкому завершению этого путешествия. Это время, чтобы оглянуться на пройденный путь, поделиться ощущениями и сохранить внутри самые важные моменты.

Далее для вас будет организован частный трансфер в аэропорт. Мы постараемся сделать ваш отъезд таким же спокойным, комфортным и заботливо организованным, как и всё это путешествие.



Día de Muertos - День мёртвых в Мексике

День мёртвых - одна из самых красивых и необычных традиций Мексики. Несмотря на название, это праздник не о смерти в привычном нам понимании, а о памяти, любви и связи с теми, кого уже нет рядом.

В конце октября и начале ноября дома, улицы и площади наполняются цветами, свечами, музыкой и яркими алтарями "ofrendas". На них ставят фотографии ушедших родственников, их любимую еду и напитки, сладости, личные вещи и бархатцы - оранжевые цветы, которые считаются символом этого праздника.

По традиции считается, что в эти дни граница между миром живых и миром ушедших становится особенно тонкой, и души близких могут ненадолго вернуться домой. Поэтому их не оплакивают в тишине - их встречают. Для них готовят любимые блюда, зажигают свечи, собираются всей семьёй, вспоминают истории и иногда даже устраивают праздник прямо на кладбище.

Особенно важны две даты: 1 ноября традиционно посвящают памяти умерших детей, а 2 ноября - взрослым.

Отсюда и знаменитые мексиканские образы: расписные черепа "calaveras", сахарные черепа, нарядные скелеты и элегантная La Catrina. Для мексиканской культуры они не обязательно являются чем-то мрачным. Наоборот, в них много иронии, цвета и напоминания о том, что смерть является частью жизни.

Важно понимать, что Día de Muertos - это не мексиканская версия Halloween. У праздников разное происхождение, смысл и традиции. Halloween строится вокруг костюмов, страшных образов и развлечения, а Día de Muertos прежде всего связан с семьёй, памятью и уважением к умершим.

Именно поэтому День мёртвых лучше не просто «посмотреть», а постараться почувствовать: пройти вечером среди свечей и цветов, увидеть семейные алтари, попробовать pan de muerto, послушать музыку и заметить, с какой теплотой мексиканцы говорят о людях, которых уже нет рядом.

Это, пожалуй, одна из традиций, которая лучше всего показывает саму Мексику: здесь рядом существуют грусть и праздник, смерть и жизнь, древние верования и современность — и всё это удивительным образом не противоречит друг другу.

Что положить в чемодан

Одежда

Лёгкие натуральные ткани: хлопок, лён.

Купальник.

Удобные сандалии или лёгкие кроссовки.

Water shoes.

Шляпа/кепка и лёгкая накидка от солнца.

Полезные мелочи

Многоразовая бутылка.

Power bank и зарядки.

Репеллент, предпочтительно biodegradable.
Минеральный sunscreen на основе zinc/titanium.

Документы

Паспорт + фото/копия отдельно.
Страховка.
Банковская карта + небольшая сумма песо.
Контакт Милы и название отеля сохранён офлайн.
Если нужен адаптер: Мексика использует розетки Type A/B.

Что НЕ нужно тащить каждый день

Большая сумма наличных, тяжёлая сумка, сложная trekking-обувь.
Большинство дней лучше проживаются с маленькой сумкой, бутылкой воды, телефоном и шляпой.

Что важно знать о Riviera Maya

Погода

Конец октября и начало ноября - прекрасное время для отдыха на Мексиканском побережье Карибского моря: уже нет летнего зноя и влажности, но еще не наступила зимняя прохлада.

Но погода может оказаться непредсказуемой, поэтому нужно быть готовым к корректировкам программы при необходимости.

Вода

В жару пейте регулярно, даже если не чувствуете сильной жажды.
Не пейте воду из-под крана.

Комары

В тропическом климате комары бывают. Используйте репеллент, особенно при поездках в джунгли, выбирайте biodegradable формулы.

Солнце и вода

Во многих местах действуют экологические ограничения на солнцезащитные средства. Старайтесь использовать разрешённый минеральный SPF, а также головной убор и UV-одежду.

Деньги

Карты широко принимаются, но небольшие суммы в мексиканских песо удобны для чаевых и мелких покупок.

Все мероприятия программы уже включены в стоимость, поэтому крупные суммы наличных вам не потребуются

Ритм

Точное время выезда будет оговариваться каждый день. Будьте готовы к ранним утрам в дальние дни и позднему возвращению из Xcaret.

Между ними программа специально оставляет свободное пространство.

Сезон, море и природные зоны не работают как декорации по расписанию: дождь, волны, животные и доступ к отдельным участкам могут меняться. Мы не «боремся» с природой ради пункта программы - мы адаптируем маршрут так, чтобы путешествие оставалось безопасным и качественным.

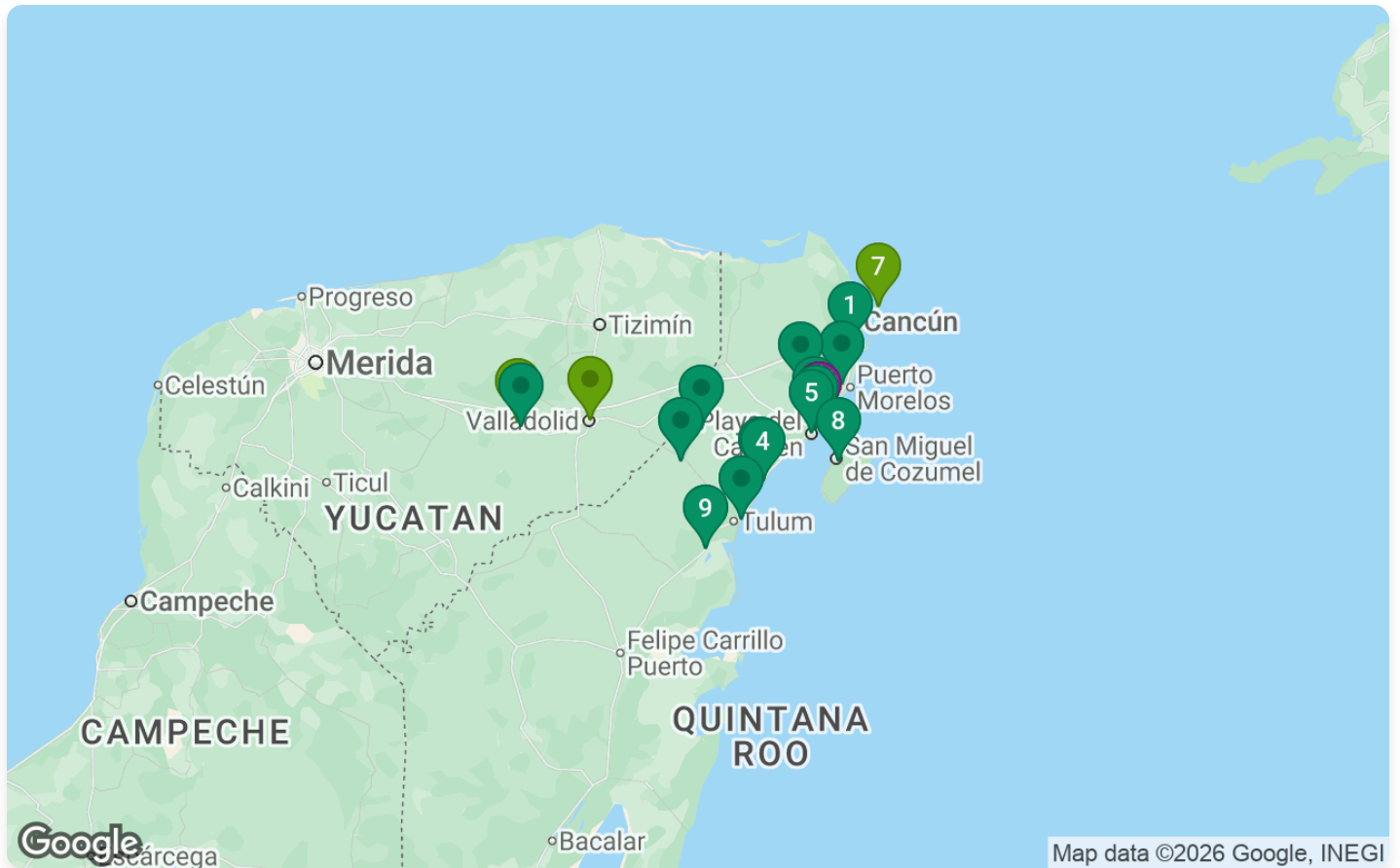
Финальное правило

Не принимайте на месте важные логистические решения через незнакомых посредников.

Если что-то выглядит не так: трансфер, вход, билет, погода, самочувствие - первым сообщением пишите организатору.

У вас есть человек на месте именно для этого!

Map



● Hotel ● Attraction ● Location

- | | |
|---------------------------------|---|
| 1. Cancun International Airport | 10. Punta Laguna |
| 2. Petit Lafitte Hotel | 11. Chichen Itza |
| 3. Akumal Monkey Sanctuary | 12. Ik Kil |
| 4. Akumal turtles reef | 13. Valladolid |
| 5. La Quinta Avenida | 14. Xcaret México |
| 6. Playa Punta Esmeralda | 15. Mayan Ruins of Coba (Zona Arqueológica de Cobá) |
| 7. Isla Mujeres | 16. Tulum |
| 8. El Cielo Cozumel | 17. Cenote Kin-Ha |
| 9. Laguna Tours Muyil | 18. El Temazcal |