

Филиппины | 7 ночей

Филиппины, Фридайвинг. Роскошь. Гармония. Глубина

3 января 2027 — 10 января 2027

ДАТЫ	ДЛИТЕЛЬНОСТЬ	ОТЕЛЬ	НАПРАВЛЕНИЕ
03.01 – 10.01.2027	7 ночей	Atmosphere Resorts & Spa	Филиппины

СТОИМОСТЬ ТУРА

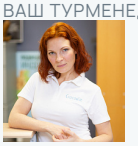
1 690 $

≈ 147 200 ₽ — оплата в рублях по курсу компании
Стоимость тура при двухместном размещении

Deluxe Suite	1 690 $
Single Deluxe Suite	3 030 $

Оплата в рублях по внутреннему курсу компании

ВАШ ТУРМЕНЕДЖЕР



Александра Заманаева
+7 (925) 016-02-50
alex@diveclub.ru

Клуб: +7 (495) 127-72-52
+7 (495) 730-21-10
Пн–Пт с 12:00 до 19:00

Описание тура

Фридайвинг в кристально чистых водах, черепахи и коралловые рифы, легендарный Апо, спа, йога и пять звёзд тишины.

Роскошь. Гармония. Глубина.

Погрузитесь в мир, где каждый вдох наполнен солёным воздухом, а каждый выдох уходит в бирюзовую тишину океана. Добро пожаловать в Atmosphere Resorts & Spa — место, где подводные приключения сочетаются с природной гармонией и пятизвёздным комфортом.

Расположенный среди кокосовых рощ, между джунглями и гладью моря, курорт создан для тех, кто ищет не просто отдых, а полную перезагрузку на уровне тела и души.

Что ждёт вас:

Фридайвинг в тёплых, кристально чистых водах с сертифицированными инструкторами. Ежедневные погружения среди кораллов, черепах и пелагической рыбы.
Сноркелинг прямо от берега — без оборудования и суеты.
Легендарный риф Апо — морской заповедник с отличной видимостью и богатой морской жизнью.

Идеальные условия:

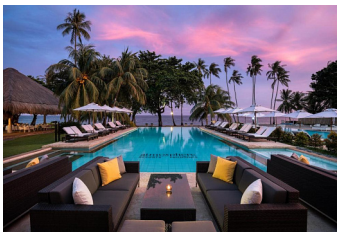
Глубины от 5 до 30 метров
Течения слабые или умеренные — безопасные и комфортные для расслабленных погружений
Все локации — в пределах 5–45 минут от курорта
Макро-сайты с морскими коньками, каракатицами и удивительным микромиром
После погружений — отдых у океана, спа-процедуры, йога, прогулки по прибрежным деревням и ужины под звёздным небом. Это не просто тур, это глубокий и вдохновляющий опыт, к которому захочется вернуться снова.

Размер группы — до 10 человек
Уровень подготовки — от новичков до продвинутых (доступно обучение и сертификация)

Готовы задержать дыхание — и открыть для себя новый мир?

Программа тура

День 1. Погружение в атмосферу



Прилёт, трансфер и размещение в премиальном Atmosphere Resorts & Spa. Знакомство с инструктором, командой и программой недели. Для начинающих — теоретическое занятие: основы фридайвинга, дыхание, безопасность, техника расслабления и правила погружений.
Затем — первое знакомство с водой. Первое занятие в бассейне: дыхание, расслабление, контроль тела, мягкая адаптация к воде и первые упражнения без давления на результат. Мир постепенно замедляется. Дыхание становится осознанным, тело отпускает напряжение — и начинается ваше путешествие в глубину.
Во второй половине дня — свободное время. Йога, массаж, отдых у бассейна, прогулка по территории курорта или коктейль с видом на океан. Сегодня не нужно никуда спешить. Вы только начинаете входить в ритм острова.

День 2. Первые глубины



Утро начинается с дыхательной практики и лёгкой подготовки тела. После завтрака — первое открытое водное занятие на буе. Мягкая акклиматизация, работа с расслаблением и техникой погружения. Вы знакомитесь с глубиной постепенно, учитесь правильно двигаться в воде и находить состояние полного спокойствия.
Закрепление техники и повторные погружения. Без гонки за метрами. Главная задача — почувствовать воду, услышать тело и начать доверять собственным ощущениям.
Во второй половине дня — свободное время. По желанию — снорклинг с берега или отдых в spa. Вечером — групповая йога или расслабляющая процедура. Вы начинаете понимать главный принцип фридайвинга: глубина начинается не с силы, а с расслабления.

День 3. Внутреннее спокойствие и техника



Сегодня — день технического прогресса. Утренняя тренировка посвящена компенсации давления, положению тела, плавности движения и сохранению расслабления на глубине.
Работа с техникой и контролем тела.
Повторение и закрепление навыков. Вы начинаете чувствовать, как тело становится свободнее, движения — экономнее, а погружение — естественнее. Это тот момент, когда фридайвинг перестаёт быть просто физическим упражнением и становится практикой концентрации.
После тренировки — восстановление. Массаж, йога, прогулка по побережью, снорклинг или отдых в саду курорта. Вечером — свободная программа. Сегодня вы не покоряете глубину. Вы учитесь с ней дружить.

День 4. Глубина и состояние потока.



Утро начинается спокойно: дыхательная практика, настройка и подготовка тела.
Работа с глубиной, расслаблением и компенсацией.
Тренировка с фокусом на комфорт и качество погружения. Здесь появляется то самое ощущение потока: вы скользите вниз, движений становится меньше, звуков почти нет. Остаётся только дыхание, вода и ощущение невесомости.
После тренировки — время для восстановления. Spa, бассейн, йога или прогулка вдоль океана.
Вечером — ужин в атмосфере тропического курорта. Вы всё меньше думаете о технике — и всё больше просто чувствуете.

День 5. Подводный рай острова Аро.



Сегодня вас ждёт один из главных дней путешествия. После завтрака — отправление на морскую экспедицию к легендарному острову Аро. Остров окружён одним из самых впечатляющих коралловых рифов региона.
Первое погружение среди коралловых садов, тропической рыбы и прозрачной воды. Здесь океан раскрывается во всём своём многообразии.

Второе погружение — на другой знаменитой локации острова. Плавание среди черепах, кораллов и разноцветной морской жизни. Это тот момент, когда хочется остановиться и просто смотреть. Как будто вы оказались внутри National Geographic — только без экрана.

После возвращения на курорт — отдых и восстановление.

Вечером — ужин под звёздами, разговоры у океана и ощущение, что путешествие уже стало воспоминанием.

День 6. Свобода под водой.



После насыщенной экспедиции — более спокойный день. Утром — финальная тренировочная сессия на буе.
Работа над индивидуальными целями участника. Повторение любимых упражнений, техника, расслабление и комфортная глубина.
Финальное погружение программы. Без необходимости что-либо доказывать. Вы уже знаете воду. Знаете своё тело. Знаете, как расслабляться и доверять себе. Теперь можно просто наслаждаться.
После погружений — свободное время. Spa, массаж, бассейн, йога, пляж или неспешная прогулка по территории курорта. Десять погружений позади. Но главное изменение произошло не на глубине — оно произошло внутри.

День 7. День океана.



Сегодня никаких обязательных тренировок. Это день, чтобы почувствовать себя не туристом, а гостем острова. Можно выбрать собственный ритм: утренняя йога, массаж или spa, сноркелинг с берега, прогулка вдоль океана, отдых у бассейна, фотосессия, неспешный обед в ресторане курорта, чтение книги в тени пальм или просто ничего не делать. По желанию можно организовать дополнительную морскую активность или экскурсию.
Последний полный день — без расписания. Только вы, остров и ощущение абсолютной свободы.

День 8. Финальный вдох.



Неторопливый завтрак. Последняя прогулка по территории курорта, кофе с видом на море и время для себя.
После этого — трансфер в аэропорт. Или оставайтесь на Филиппинах и продолжайте приключение. Продлите путешествие и отправляйтесь на сноркелинг с китовыми акулами, на утреннюю прогулку на лодке с дельфинами, наблюдать за дикими птицами в мангровых лесах, к водопадам и вулканам, на соседние острова или просто останьтесь ещё на несколько дней на берегу с книгой и видом на бескрайний океан.

Наблюдение за птицами на озерах-близнецах



Знакомство с дикой природой на Филиппинах включает в себя животных всех размеров — от крупных китовых акул до изящных птиц. Наблюдение за птицами на Филиппинах просто великолепно. В провинции Негрос-Ориенталь мы можем насчитать около 315 видов птиц. Разнообразие как местных, так и мигрирующих видов в течение всего года, что делает это место идеальным для наблюдения за птицами.

Приключение по наблюдению за птицами проходит в Национальном парке близнецовых озер (озера Балинсасайао). Птичья жизнь здесь удивительна, и в этой области зарегистрировано до 150 видов птиц.

Тур по наблюдению за птицами начинается рано утром. В зависимости от вашего уровня энергии, мы можем предложить вам короткую прогулку или продлить ее до более длительного похода. Также есть возможность пересечь озеро на лодке. Мы предоставляем гида по наблюдению за птицами, бинокли и литературу, содержащую информацию о местных птицах, что делает тур еще более интересным.

Сноркелинг с китовыми акулами



Удивительное приключение, чтобы увидеть китовых акул вблизи Ослобе и поплавать с крупнейшими рыбами на планете! Мы доставим вас на комфортабельном микроавтобусе с кондиционером, а затем совершим короткую поездку на пароме — общее время в пути составит около 2 часов. С пляжа в Ослобе вы сядете в небольшую лодку и сможете наблюдать за китовыми акулами с поверхности. Также можете поплавать или заняться сноркелингом с этими добрыми гигантами.

Для безопасности китовых акул мы следуем рекомендациям Всемирного фонда дикой природы (WWF) и не предлагаем погружения с аквалангом, так как это может навредить акулам. Ваше приключение будет как уважительным, так и приятным. После вашего приключения с китовыми акулами вы можете объединить поездку в Ослоб с визитом к одному из потрясающих водопадов на острове Себу, называемому водопадом Биналаян или экскурсией по городу Думагете.

Наблюдение за дельфинами



Присоединяйтесь к нам для незабываемого приключения с дельфинами на волнах в Бейс. Пролив Таньон, расположенный между островами Негрос-Ориентал и Себу, является естественной средой обитания для нескольких видов дельфинов. Если вам повезет, вы сможете наблюдать за их игрой с борта лодки рано утром. Вы можете встретить тропических пятнистых дельфинов, дельфинов-бутылконосов и дельфинов-спиннеров с длинным носом, а также другие более редкие виды.

Скомбинируйте наблюдение за дельфинами с поездкой на прекрасный белоснежный песчаный пляж Маньуджод и насладитесь днем, полным приключений с дельфинами, белым песком и теплой чистой водой.

Плавание с черепахами на острове Апо



Если вы еще не видели черепах на Филиппинах – это ваш шанс. Остров Апо имеет большую популяцию зеленых и черепах-орехов. Наши однодневные поездки для плавания, сноркелинга или дайвинга с этими удивительными существами оставляют незабываемые впечатления.

Их медленные и размеренные движения создают спокойную атмосферу, обеспечивая уникальный опыт. Наблюдение за черепахами позволяет вам соединиться с природой, а их неторопливое поведение одновременно интересно и расслабляет. Вы можете увидеть крупных морских черепах, спящих с головой, зажатой между кораллами и губками, или маленьких черепашат, шустро передвигающихся у поверхности воды.
Черепахи также встречаются вдоль побережья Дауин и на рифе перед курортом.

Отель



Atmosphere Resorts & Spa

Atmosphere Resorts & Spa — роскошный дайв-курорт в Дауине (Филиппины), сочетающий первоклассные подводные приключения с современным тропическим комфортом. 8 категорий номеров, три бассейна, спа-комплекс, йога-павильон и идеальное расположение для погружений на остров Апо и вдоль побережья Дауина. PADI 5-Star Career Development Center, технический дайвинг до 100 метров, бесплатный найтрокс, собственный домашний риф и дайв-боты.

✓ Вид: пышный зелёный газон и тропические сады
✓ Площадь: 65 кв.м, включая меблированную веранду и ванную комнату
✓ Вместимость: до 3 гостей (в первую очередь для пар)

✓ Спальные места: California king или две односпальные кровати, возможна дополнительная кровать
✓ Вид: пышный зелёный газон и тропические сады
✓ Площадь: 90 кв.м, включая меблированную веранду и полуоткрытую ванную комнату

Что входит в стоимость

✓ Включено

- Проживание в номере Deluxe Suite 7 ночей
- Завтрак
- 10 тренировочных погружений с инструктором
- трансферы аэропорт Думагете — Atmosphere — аэропорт Думагете.

✕ Не включено

- Аренда лодки (цена в зависимости от количества человек)
- авиабилеты
- страховка
- обед, ужин