



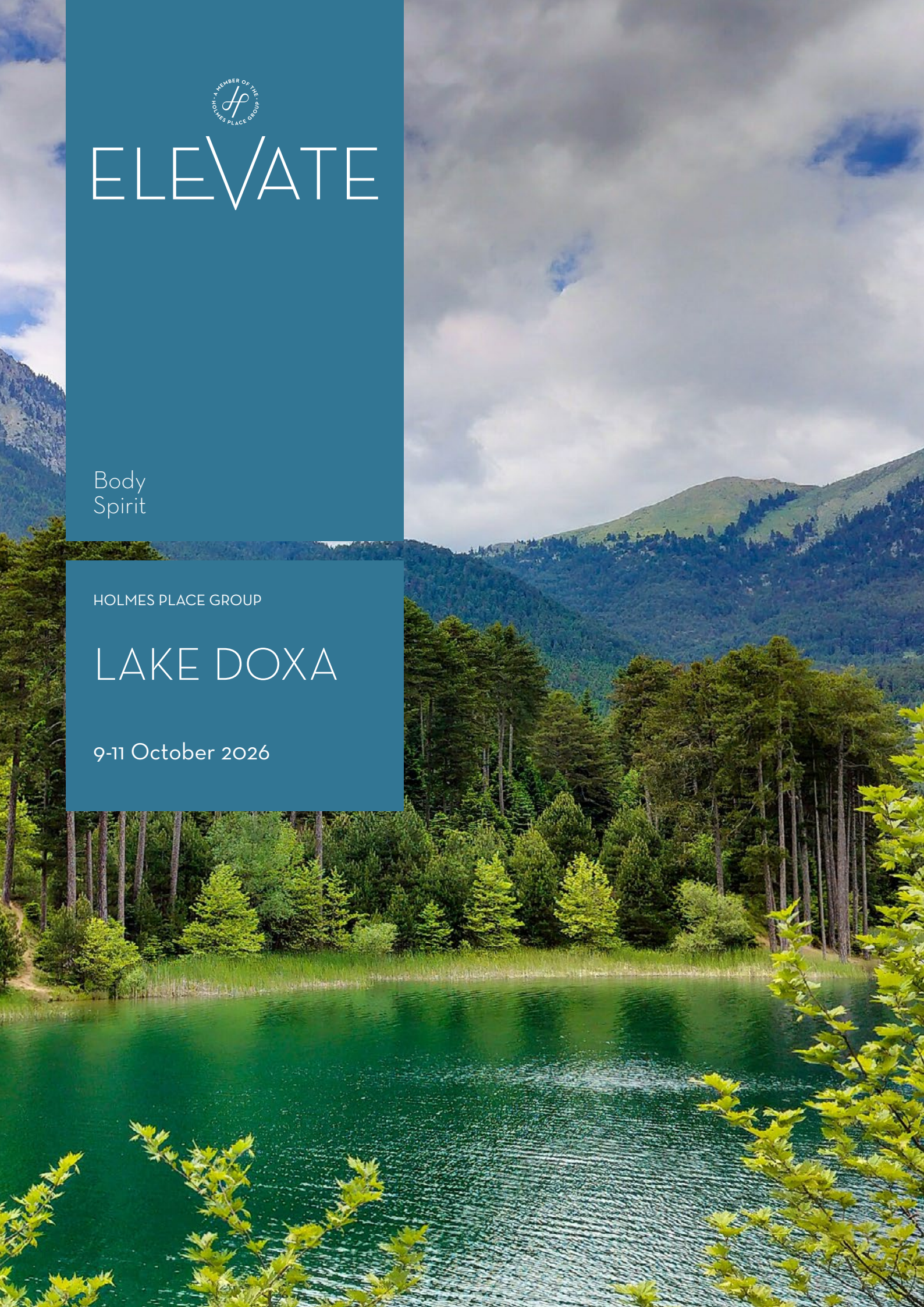
ELEVATE

Body
Spirit

HOLMES PLACE GROUP

LAKE DOXA

9-11 October 2026





ELEVATE

LAKE DOXA

A BODY SPIRIT EXPERIENCE BY
HOLMES PLACE GROUP

Μέσα σε ένα μοναδικό φυσικό τοπίο, το ELEVATE LAKE DOXA συνδυάζει την outdoor άθληση και την περιπέτεια με τη mindfulness πρακτική και τη δύναμη της κοινότητας.

Ένα τριήμερο σχεδιασμένο να ενεργοποιήσει το σώμα, να δυναμώσει το πνεύμα και να σας φέρει κοντά με τη φύση.

Το ELEVATE LAKE DOXA απευθύνεται σε όσους αγαπούν την κίνηση, την εξερεύνηση και τις ουσιαστικές εμπειρίες.

Ένα Σαββατοκύριακο όπου η φύση γίνεται το πεδίο άσκησής σας, ο χώρος αποκατάστασής σας και η μεγαλύτερη πηγή έμπνευσής σας.

Train. Recover. Reflect. Connect.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Ένα Σαββατοκύριακο όπου η πρόκληση συναντά το recovery, η περιπέτεια συναντά την ισορροπία και κάθε συμμετέχων διαμορφώνει τη δική του εμπειρία.

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 9 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ

DAY 1

ΣΑΒΒΑΤΟ 10 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ

MOVE - RECOVER - EXPLORE

Μια ημέρα αφιερωμένη στην κίνηση, την outdoor άθληση και την εξερεύνηση. Επιλέξτε τη δική σας πρόκληση, δοκιμάστε νέες εμπειρίες και ανανεώστε την ενέργειά σας μέσα στη φύση.

ΠΡΩΙ

07:30 - 08:30 Πρωινό

Ξεκινήστε τη μέρα με ενέργεια, πριν από ένα γεμάτο πρόγραμμα δραστηριοτήτων.

09:00 - 11:00 Lake Running

Επιλέξτε ανάμεσα σε διαδρομή 5km ή 10km και τρέξτε γύρω από τη μαγευτική Λίμνη Δόξα.

09:00 - 11:00 Lake Cycling

Ανακαλύψτε τις ορεινές διαδρομές της περιοχής μέσα από ποδηλατικές διαδρομές 20km ή 40km.

09:30 - 11:00 Open Water Swimming

Μετά από ένα καθοδηγούμενο warm-up, κολυπήστε 1,5km στα κρυστάλλινα νερά της λίμνης.

ARRIVAL & CONNECTION

20:30 - Welcome Dinner

Γνωρίστε την ομάδα του ELEVATE, μπίτε στο κλίμα της εμπειρίας και απολαύστε μια βραδιά με αυθεντικές τοπικές γεύσεις σε μια παραδοσιακή ταβέρνα.

ΜΕΣΗΜΕΡΙ

11:00 - 13:00 Lake SUP

Απολαύστε τη λίμνη από μια διαφορετική οπτική, ενισχύοντας παράλληλα την ισορροπία και τον συντονισμό σας.

11:00 - 13:00 Floating Yoga

Μια μοναδική εμπειρία yoga πάνω στο νερό, που σας βοηθά να επανασυνδεθείτε με το σώμα και την αναπνοή σας.

11:00 - 13:00 Recovery Zone

Αναζωογονήστε το σώμα σας με Ice Bath, Theragun και Compression Boots, προσφέροντας στους μυς σας την αποκατάσταση που χρειάζονται.

13:30 - 15:30 Lunch

ΑΠΟΓΕΥΜΑ

17:00 - 19:00 Truffle & Mushroom Hunting Adventure

Μια outdoor εξερεύνηση στο δάσος, με αναζήτηση εποχιακών μανιταριών και τρούφας, μέσα από μια αυθεντική εμπειρία που συνδέει τη φύση με τις γεύσεις της περιοχής.

19:00-20:30 Forest to Table

Μια Γαστρονομική Εμπειρία Τρούφας & Μανιταριών.



DAY 2

ΚΥΡΙΑΚΗ 11 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ

CHALLENGE - RECOVER - CELEBRATE

Η τελευταία ημέρα είναι αφιερωμένη στην πρόκληση, την ομαδικότητα και τον εορτασμό της εμπειρίας. Μια ευκαιρία να δοκιμάσετε τις δυνατότητές σας, να κάνετε recovery και να ολοκληρώσετε το ταξίδι σας με αξέχαστες στιγμές.

ΠΡΩΙ

07:30 - 08:30 Πρωινό

09:00-10:00 Functional Breathwork με τον JJ Ruescas

Ένα καθοδηγούμενο Functional Breathwork session με τον JJ Ruescas, που αξιοποιεί τη δύναμη της αναπνοής για τη ρύθμιση του νευρικού συστήματος, την ενέργεια, τη συγκέντρωση και την αποκατάσταση.

ΜΕΣΗΜΕΡΙ

10:30 -11:30 Lake SUP

Μία ακόμη ευκαιρία να απολαύσετε τα ήρεμα νερά της Λίμνης Δόξας.

10:30 -11:30 Floating Yoga

Κίνηση, ισορροπία και αναπνοή σε ένα από τα πιο εντυπωσιακά φυσικά τοπία της Ελλάδας.

10:30 -11:30 Recovery Zone

Χαρίστε στο σώμα σας τον χρόνο που χρειάζεται για ολοκληρωμένη αποκατάσταση.

12:00 - 14:00 Hike & Monastery Visit

Μια καθοδηγούμενη πεζοπορία στα δάση του Φενεού με προορισμό το ιστορικό Μοναστήρι του Αγίου Γεωργίου, συνδυάζοντας κίνηση, φύση και τοπική ιστορία.

ΚΛΕΙΣΙΜΟ

14:30 - 16:30 Γεύμα στην Αρχαία Φενεό

Το τελευταίο γεύμα της εμπειρίας. Μια στιγμή για να γιορτάσουμε όσα ζήσαμε μαζί.

16:30 Αναχώρηση για Αθήνα

ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ, ΤΟΠΟΘΕΣΙΑ & ΚΡΑΤΗΣΕΙΣ



ΤΙ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΤΑΙ

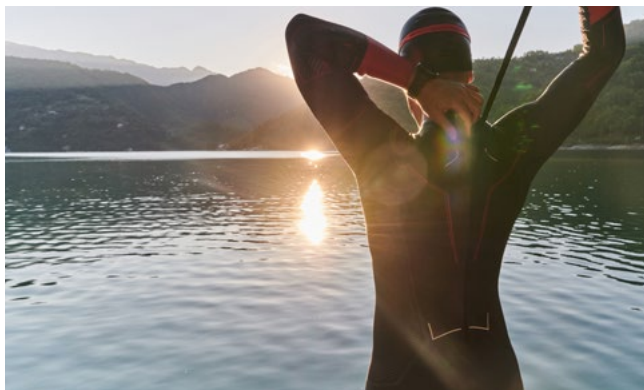
- 2 διανυκτερεύσεις
- Γεύματα και δείπνα με αυθεντικές τοπικές γεύσεις
- Όλες οι προγραμματισμένες outdoor εμπειρίες
- Lake Running, Cycling & Open Water Swimming
- Lake SUP & Floating Yoga
- Relay Triathlon
- Guided Hiking Experience
- Πρόσβαση στα Recovery Zones (Ice Bath, Theragun, Compression Boots)
- Nature Yoga & Mindfulness sessions

EARLY BIRD ACCESS:

Οι Early Bird θέσεις είναι περιορισμένες.

- €900 Single Room
- €800 Double Room

Οι συμμετέχοντες του Early Bird εξασφαλίζουν προτεραιότητα στην επιλογή δωματίου.



ΚΛΕΙΣΤΕ ΤΗ ΘΕΣΗ ΣΑΣ

Κλείστε τη θέση σας εδώ

<https://eshop.holmesplace.gr/events/>

ή στη Reception των Holmes Place, ICON, KARVE και STORM Clubs.

Το ELEVATE LAKE DOXA είναι μια εμπειρία με περιορισμένες θέσεις, σχεδιασμένη με προσοχή σε κάθε λεπτομέρεια.



ELEVATE

HOLMES PLACE GROUP

LAKE
DOXA

9-11 October 2026