

SAQ Social Athletic Q-lub

Gather & Move Kampı

**17-19 Ekim
Çeşmeköy/İZMİR**

**HOCIC EVENTS TOURISM AGENCY
Belge No:18313**

social athletic q-lub

SAQ, bedensel ve zihinsel farkındalığı; hareket ve topluluk deneyimleriyle artırmayı hedefleyen sosyal, atletik bir topluluktur.

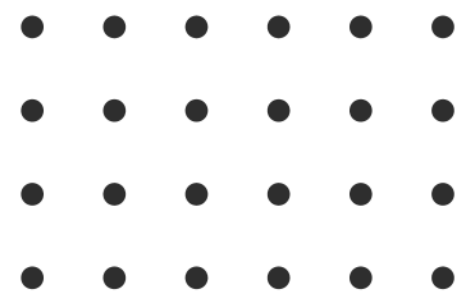
Hız, çeviklik ve çabukluk yalnızca fiziksel beceriler değil, kendini ifade etmenin bir yolu. Çünkü bizce hareket bedende başlar ama ruhla anlam kazanır

Speed

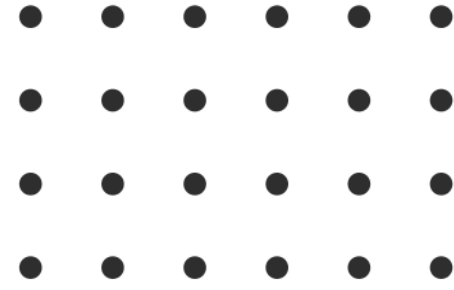
Agility

quickness
Q

gather & move



SAQ topluluğumuzun ilk etkinliği olacak olan Gather & Move'da , 17-19 Ekim'de Çeşmeköy / İzmir'de doğanın kalbinde üç gün boyunca hareket ve farkındalık dolu bir yolculuğa çıkıyoruz. Yoga, nefes seansları, ses terapisi ve çok daha fazlasıyla bedenimizi, zihnimizi ve ruhumuzu besleyeceğiz.



konaklama

Etkinlik Turizm Bakanlığı 2022-35-1475 belge
numaralı Çeşmeköy Otelde
gerçekleşecektir.

Çakabey mah. Mağara Mevkii no:323/94
Çesmeköy/izmir

konaklama

LOTUS ÇADIR



TERAS ODA



KÖY EVİ 1+1



KÖY EVİ



TINY HOUSE



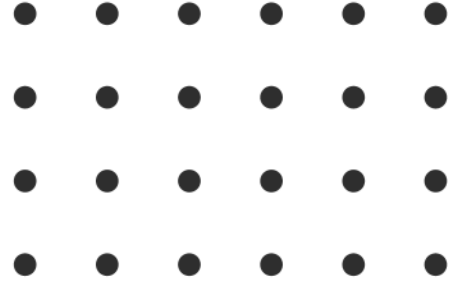
TINY HOUSE 1+1



MAVİ ODA



etkinlik & atölyeler



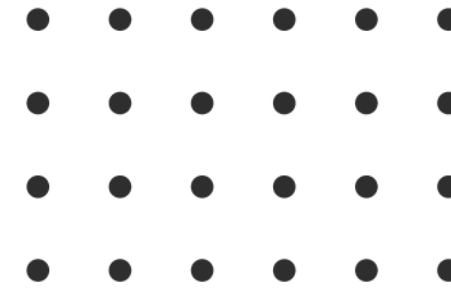
Doğal Nefes Seansı
Yoga
HIIT
Ice Bath Experience
Bolluk & Bereket Çemberi
Ses Meditasyonu
Rüya Çemberi
Movement



Handpan Atölyesi
Şarap & Seramik Atölyesi
Tanışma ve Oyun Atölyesi

konser yangin





program

GATHER & MOVE 1. GÜN PROGRAMI

17 Ekim Cuma	12.00-15.00	Check-in
	15.00-16.00	Tanışma & Oyun Atölyesi w/Elçin Yavuz ▲
	16.00-18.00	Ice Bath Experience w/Iskender Tiryaki ▲
	18.30-20.00	Akşam Yemeği
	20.00-21.00	DJ ▲
	20.00-22.30	Şarap&Seramik Atölyesi w/Derya Yaman&Onur Ayaz *
	22.30-23.30	Rüya Atölyesi w/Zeynep Ergen ●

▲	●	■	*	●	✱
çim alan	yoga shala	yoga teras	çok amaçlı salon	dome	alaaddin

GATHER & MOVE 2. GÜN PROGRAMI

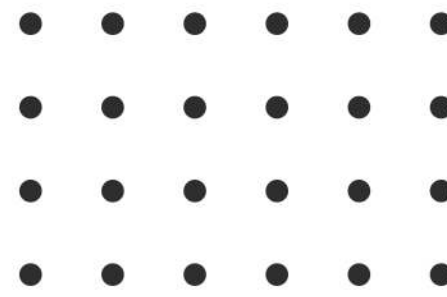
18 Ekim Cumartesi	07.00-07.30	100 Neşe Nefesi w/Güliden Kara&Didar Aydın ●	
	07.45-08.45	Yoga w/Elçin Yavuz ●	
	08.30-10.00	Kahvaltı	
	10.00-11.30	Rüya Atölyesi 2 w/Zeynep Ergen ■	Handpan Atölyesi w/Kaan Hantal ●
	12.00-14.00	Doğal Nefes Seansı w/Güliden Kara&Didar Aydın ✱	Bolluk&Bereket Çemberi w/Zeynep Ergen ●
	12.00-14.00	Ice Bath Experience w/Iskender Tiryaki ▲	
	14.30-15.00	HIIT w/Yağız Erdoğan ■	
	14.30-16.30	Ice Bath Experience w/Iskender Tiryaki ▲	Bolluk&Bereket Çemberi w/Zeynep Ergen ●
	17.00-18.00	Movement w/Elçin Yavuz ▲	Ses Meditasyonu w/Kaan Hantal ●
	18.30-20.00	Akşam Yemeği	
	20.00-21.30	DJ ▲	
	21.30-23.30	Konser Yangın ▲	

▲	●	■	*	●	✱
çim alan	yoga shala	yoga teras	çok amaçlı salon	dome	alaaddin

GATHER & MOVE 3. GÜN PROGRAMI

19 Ekim Pazar	07.00-07.30	100 Neşe Nefesi w/Güliden Kara&Didar Aydın ●
	07.45-08.45	Yoga w/Elçin Yavuz ●
	08.30-10.00	Kahvaltı
	10.30-12.00	Ses Meditasyonu w/Kaan Hantal ●
	12.00-14.30	Doğal Nefes Seansı w/Güliden Kara&Didar Aydın ✱

▲	●	■	*	●	✱
çim alan	yoga shala	yoga teras	çok amaçlı salon	dome	alaaddin



eğitmenlerimiz

Elçin Yavuz



Royal Academy of Dance'in Bale bölümünden mezun olduktan sonra, tiyatro eğitimi ve Mimar Sinan Üniversitesi Çağdaş Dans Bölümü ile sanat yolculuğunu derinleştirdi. Yoga ve çeşitli hareket disiplinleri üzerine aldığı eğitimlerle bilgisini sürekli beslemeye devam ediyor. Bedenin keşfi, sınırların ötesine geçme ve yaratıcılığın özgürleşmesi üzerine, oyunsu hareket sistemleri geliştirerek bu deneyimlerini paylaşmayı sürdürüyor.

Yoga

Movement

Tanışma&Oyun Atölyesi

Yağız Erdoğan



2006'dan bu yana Fenerbahçe Spor Kulübü'nde, 2011'den itibaren Türkiye Milli Takımı'nda profesyonel atletizm kariyerini sürdürüyor. Avrupa ve Balkan şampiyonluklarının yanı sıra çok sayıda Türkiye rekoru ve şampiyonluğu bulunuyor. Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi mezunu olan; atletik performans, fonksiyonel antrenman ve yüksek performans koçluğu alanlarında uzmanlığı bulunuyor.

HIIT

İskender Tiryaki



Fonksiyonel antrenman, biyomekanik ve sakatlanma önleme konularına odaklanan kişisel antrenör ve hareket uzmanı. Kişiyi özel bire bir antrenman programları ve soğuk maruziyet gibi toparlanma uygulamalarıyla bireylerin postürünü, hareketliliğini ve genel fiziksel sağlığını iyileştirmelerine yardımcı oluyor.

Ice Bath Experience

eğitmenlerimiz

Gülden Kara

2018 yılında tesadüfen katıldığı bir grup nefes seansı ile yolculuğu başladı. 2023 yılından beri nefes koçu olarak bireysel ve grup seansları için alan açıyor. Kendi yolculuğunda nefesin rehberliğinin yanı sıra kalp yolu ve şiddetsiz iletişim konularında araştırmaya, öğrenmeye devam ediyor.

Doğal Nefes Seansı

Kaan Hantal

2016 yılında kurumsal kariyerine son vererek, Güney Amerika, Afrika ve Asya'yı kapsayan üç yıllık bir dünya turuna çıktı. Bu yolculuk sırasında farklı kültürlerin enstrümanlarıyla deneyimlediği ses meditasyonunu (sound healing), daha sonralarda aldığı eğitimlerle birleştirdi ve 2020 senesinden itibaren Türkiye ve yurtdışında tibet kaseleri gong ve diğer şamanik enstrümanlarla birlikte bir ses yolculuğu tasarlamaktadır. 2018'den beri meditatif ve melodik bir perküsyon enstrümanı olan handpan çalmakta ve bu alanda eğitimler vermektedir.

Ses Meditasyonu

Handpan

Didar Aydın

Didar Aydın, Nefes ve Yaşam Koçu olarak bireylerin içsel dönüşüm yolculuklarına eşlik etmektedir. 20 yıl süren finans sektörü deneyiminin ardından, aldığı koçluk eğitimleriyle birlikte profesyonel kariyerine yön vermiştir. 2020 yılından bu yana aktif olarak nefes ve yaşam koçluğu yapmaktadır. Çalışmalarında içsel denge, farkındalık ve nefesin dönüştürücü gücünü merkeze alır.

Doğal Nefes Seansı

eğitmenlerimiz

Derya Yaman



Mimarlık ve tasarım eğitimi
İstanbul'dan İtalya'ya, oradan da seramiğe uzanan bir yolculuğa çıkardı. Yaklaşık beş yıldır kendi atölyesinde, hislerin ve hikâyelerin şekil bulduğu seramikler üretiyor. Seramik, Derya için dönüşümün ve kendini ifade etmenin en doğal yolu.

Seramik Atölyesi

Zeynep Ergen



Sanat tarihçisi, rüya okuyucusu ve araştırmacısı olan Zeynep Ergen aileden tasavvuf gelenekleri ve ezoterik bilgiyle yetişt. Mimar Sinan Üniversitesi Arkeoloji ve Sanat Tarihi Bölümü'nden mezun oldu. Jung Center ve Zurich Institute for Process Work'te rüya eğitimlerini tamamladı. 20.000 rüyanın çözümlemesinden yola çıkarak, Freud, Adler ve Jung'un felsefeleri; sufi, pagan, şaman ve Anadolu sözlü ve yazılı gelenekleri ile ritüellerinin rehberliğinde rüyalar arketipler seminerleri veriyor. Rüya Mandalası ve Rüya Çemberi atölyeleri açıyor. Rüya Dizimi çalışmaları yapıyor. Kendi web sitesinde ve E-Dergilerde yazıyor. Dün Gece Bir Rüya Gördüm Z. Ergen'in ilk kitabı.

Bolluk & Bereket Çemberi

Rüya Çemberi

Onur Ayaz



12 yıldır restoran sektöründe edindiği tecrübeyi, 2023'te aldığı WSET2 sertifikasıyla şarap uzmanlığına taşıdı. Uluslararası şarap kültürlerini, üzüm çeşitlerini ve teruarlarını tanıtıyor; yemeklerle uyumlu şarap eşleşmeleri konusunda danışmanlık ve eğitimler veriyor. Her şişe, toprağın ve iklimin bir yansımasıdır; doğru eşleşme ise bu hikâyeyi damakta canlandırır. Amacı, bu hikâyeyi her yudumda hissedilen unutulmaz bir deneyime dönüştürmek.

Şarap Atölyesi

konaklamasız paket

Konaklamasız paket: Dış katılımcılar 27.500 TL (KDV dâhil) katılım ücretiyle web sitemizden kayıt olabilirler.

Gün boyu akışa dahil ol, akşam ritimde kal.

- Etkinlik alanındaki tüm atölye, dersler ve konsere katılım.
- Sabah kahvaltısı ve akşam yemeği dahildir.

konaklamalı paket

Konaklamalı Paket (2 gece / 3 gün)
Fiyatlarımız kişi başı fiyatlarıdır.

Doğanın kalbinde konforlu bir deneyim.

- Çeşmeköy'de konaklama.
- Etkinlik alanındaki tüm atölye, dersler ve konsere katılım.
- Sabah kahvaltısı ve akşam yemeği dahildir.

konaklamalı paket

LOTUS ÇADIR



Erken dönem kayıt ücreti: 35.500TL

Geç dönem kayıt ücreti: 37.500TL

2 adet Lotus Çadır
Kapasite: 2
Kişi başı fiyatlardır

konaklamalı paket



Erken dönem kayıt ücreti: 37.500TL

Geç dönem kayıt ücreti: 39.500TL

2 adet Köy Evi
Kapasite: 2
Kişi başı fiyatlardır

1 adet Köy Evi 1+1
Kapasite: 3
Kişi başı fiyatlardır

konaklamalı paket



Erken dönem kayıt ücreti: 37.500TL

Geç dönem kayıt ücreti: 39.500TL

2 adet Teras Oda
Kapasite: 3
Kişi başı fiyatlardır

1 adet Köy Evi 1+1
Kapasite: 3
Kişi başı fiyatlardır

konaklamalı paket



2 adet Tiny House
Kapasite: 2
Kişi başı fiyatlardır

Erken dönem kayıt ücreti: 40.500TL

Geç dönem kayıt ücreti: 42.500TL

konaklamalı paket



TINY HOUSE 1+1

Erken dönem kayıt ücreti: 41.500TL

Geç dönem kayıt ücreti: 43.500TL

2 adet Tiny House 1+1
Kapasite: 3
Kişi başı fiyatlardır

iletişim



etkinlik@centerevents.com.tr



0546 590 52 03



<https://www.instagram.com/socialathleticclub/>

<https://socialathleticclub.com>