

Specjaliści internetowego biura podróży Odpoczne.pl polecają wczesną wiosnę na dalekie podróże do ciepłych krajów. Słońce i wypoczynek jest najlepszym sposobem na wzmocnienie organizmu po długich zimowych miesiącach, a korzystne ceny i liczne promocje organizatorów wycieczek pozwalają na znalezienie wyjątkowo atrakcyjnej okazji.

W marcu coraz intensywniej zaczynamy myśleć o wiosennej zieleni i ciepłym słońcu. Szczególnie podczas zachmurzonych dni oraz nawrotów zimy. Jednocześnie wielu z nas odczuwa przykre dolegliwości spowodowane tzw. zespołem sezonowego zaburzenia afektywnego (w skrócie SAD - ang. seasonal affective disorder). SAD, czyli depresja sezonowa, została uznana przez lekarzy za oficjalną chorobę dopiero na początku lat osiemdziesiątych. Ocenia się, że około 10 proc. naszego społeczeństwa w mniejszym lub większym stopniu odczuwa objawy sezonowej depresji. Objawia się ona m.in.: ogólnym zmęczeniem, sennością, apatią, problemami ze skupieniem się, zwiększonym apetytem na produkty bogate w węglowodany, przybieraniem na wadze oraz nieuzasadnioną niechęcią wobec wszystkich i wszystkiego. Depresja ma również duży wpływ na ogólny spadek odporności organizmu oraz pojawienie się bólu żołądka, serca i kręgosłupa.

W szybkim „naładowaniu baterii” naszego organizmu skutecznie pomagają podróże do ciepłych krajów. Udowodniono, że godzinny spacer w ciepłym słońcu jest tak skuteczny, jak dwie i pół godziny kosztownej fototerapii. Egzotyczne podróże mają więc bardzo dobry wpływ na nasz organizm i dobre samopoczucie.

- Wykupując wycieczkę do końca marca możemy liczyć na wiele pozasezonowych promocji organizatorów, m.in.: ubezpieczenie od kosztów rezygnacji gratis, gwarancję niezmienności ceny, przewodniki Pascala, dodatkowe zniżki (nawet do 40%) i bonusy na wczasy - mówi Marcin Olczykowski, Prezes serwisu Odpoczne.pl. - Biura Podróży kuszą klientów możliwością wygrania tygodniowego wypoczynku na Rodos oraz otrzymaniem voucherów na wycieczki fakultatywne podczas urlopu – dodaje Olczykowski.

W marcu za tygodniową wycieczkę do Hurghady w Egipcie, w czterogwiazdkowym hotelu, w opcji All Inclusive zapłacimy 1 899 zł za osobę. Nocleg i dwa posiłki w pięciogwiazdkowym hotelu Amir Palace w Tunezji to koszt 1 479 zł na osobę na cały tydzień. W ofercie last minute za tygodniowy pobyt w trzygwiazdkowym Prima Life Karawan w Tunezji zapłacimy 1 129 zł, a w dwugwiazdkowym hotelu Kaiser 1 089 zł za osobę. Wybór ofert jest szeroki, a pozasezonowy spokój w najbardziej obleganych przez turystów kurortach jest dodatkowym atutem, przemawiającym za takimi wyjazdami.

Wczesna wiosna to znakomity okres na dalekie, egzotyczne podróże. W miesiącach marzec – maj w Tajlandii trwa ciepła i sucha pora, najlepsza do zwiedzania. Podczas, gdy już w czerwcu rozpoczyna się tam gorący i bardzo deszczowy okres. W Egipcie, Tunezji czy Kenii w marcu notuje się nawet 28°C. Dla spragnionych ciepła i słońca to znakomita okazja - jest ciepło, ale nie tak gorąco, jak w szczycie sezonu.

**Odpoczne.pl** to internetowe biuro podróży oferujące ponad 4 tys. hoteli i 500 tys. terminów wycieczek organizowanych przez kilkudziesięciu renomowanych touroperatorów, takich jak: Alfa Star, Ecco Holiday, Exim Tours, Itaka, Necermann, Orbis Travel czy Rainbow Tours. W serwisie można znaleźć oferty wyjazdów egzotycznych, do takich krajów jak: Dominikana, Meksyk czy Tajlandia, jak również najpopularniejsze kierunki: Egipt, Chorwacja i Grecja. Wszystkie oferty zakupione w serwisie obejmuje gwarancja najniższej ceny, a na każdym etapie zakupu klienci mają możliwość skorzystania z profesjonalnej pomocy pracowników call center. W serwisie codziennie można znaleźć nowe oferty i ciekawe promocje last minute.

**YoYo Sp. z o.o.**