

**V roce 2004 vzniklo občanské sdružení, nyní spolek JÓGA V DENNÍM ŽIVOTĚ LIBEREC.**

Pořádáme kurzy jógy pro dospělé a starší děti podle **Systému Jóga v denním životě**, jehož autorem světově proslulý indický Mistr jógy **Paramhans svámí Mahéšvaránanda**.

V Liberci můžete navštívit 4 kurzy pro začátečníky i mírně pokročilé.

**Cvičitelé, kteří mají licenci pro vedení kurzů Jógy v denním životě:**

**Bíza Petr** - III. třída JDŽ, mezinárodní certifikát; II. třída - UK Praha;



**Ing. Koucká Stanislava** - III. třída JDŽ



**Fejtková Irena** - III. třída JDŽ



**Jakabová Věra** - III. třída JDŽ, mezinárodní certifikát



Kromě dalšího sebevzdělávání na mezinárodních seminářích s autorem Systému JDŽ pořádáme pravidelná duchovní setkání přátel jógy, společné výlety a pobyty s jógou v přírodě. Podporujeme propagaci vegetariánství, zdravého způsobu života a organizujeme také semináře s jógovými lektory - například seminář "Jóga pro zdraví člověka" s brněnským specialistou Doc. MUDr. Martinem Repkem, Ph.D., semináře pro cvičitele a učitele, kteří cvičí s dětmi předškolního věku pod vedením dlouholetých lektorů manželů Klimešových z Prahy. V poslední době proběhly 3 úspěšné semináře s pražským lektorem Ing. Davidem Hornofem na téma Kultura vaření Indické kuchyně s cviky pro lepší trávení a Kurz hathajógových krijí.

Těšíme se na Vás a v případě zájmu o naše kurzy a aktivity kontaktujte Petra Bízu 724 765 715, liberec@joga.cz nebo cvičitele na uvedených kontaktech na našich stránkách, kde se můžete ON LINE přihlásit na naše kurzy <https://joga.cz/> Jsme také na FB <https://www.facebook.com/joga.cz.Liberec/>