



Dovolená s jógou a turistikou

na Morávce v Beskydech
se svámím Gadžánandem



Jóga v denním životě Ostrava, z. s. vás zve na 15. ročník akce Dovolená s jógou a turistikou, tentokrát do **Beskyd na Morávku se svámím Gadžánandem** (na tomto místě pobývali **Holygurudží a Višvagurudží**).

Cvičení povedou zkušení cvičitelé RNDr. Petr Kucharčík a Ing. Karel Ondruch. Na programu budou tělesná, dechová, meditační cvičení.

Mimořádným zážitkem budou každodenní **přednášky svámího Gadžánanda na téma: Božská matka** v angličtině s českým překladem.

Velice příjemným zážitkem budou společné procházky ve zdejším malebném prostředí spojené s cvičením pránajámy a meditace.

Termín: 9. - 15. září 2017.

Zahájení: v sobotu 9. září večer v 18.30 hod.

Ukončení: v pátek 15. září obědem.

Ubytování: **Hotel - Penzion U přehrady Morávka** ve dvou a třílůžkových pokojích vybavených sociálním zařízením. Hotel se nachází kousek od přehrady.

Strava: vegetariánská, plná penze.

Cena: 3500. - Kč, -platí pro přihlášky do 30. 7. 2017

3900. - Kč – platí pro přihlášky od 30. 7. 2017

cena zahrnuje: ubytování, stravování a jógový program; **(doprava účastníků na vlastní náklady).**

S sebou: cvičební úbor, přezůvky, podložku ke cvičení, termosku na teplý čaj a to nejdůležitější – dobrou náladu (kytara nebo jiný hudební nástroj je vítán).

Doprava: **Vlastním autem** až na místo s dostatečnou kapacitou pro parkování.

Vlakem nebo autobusem do Frýdku - Místku. Přestup na autobus směr „Morávka Lipové“.

Na konečné stanici lze přestoupit na minibus, který vás dopraví na zastávku „Přehrada“.

Penzion se nachází 50 m nad zastávkou.

Přihlášky: zasílejte na adresu organizátora co nejdříve! Přihláška je platná až po zaplacení poplatku.

Organizátor: Karel Ondruch, Kosmická 1565/7, 708 00, Ostrava – Poruba

tel.: 737 867 830 nebo e-mail: krisnapuri@seznam.cz

Záloha: 1000,- Kč - uhradte nejpozději do 30. 7. 2017 v hotovosti nebo na účet č.: 0072602123/0800.

Doplatek: 2500. -,nebo 2900.- Kč uhradte nejpozději při presentaci v místě pobytu.

Neváhejte, snažte se využít možnost, kterou život nabízí !!!

Těšíme se na společně strávený relaxační pobyt.

Za JDŽ Ostrava, z s.: Ing. Jiří Zavadil