



Dovolená s Jógou a turistikou

na Morávce v Beskydech

se sádhví Párvatí



Jóga v denním životě Ostrava, z.s. vás zve na 16. ročník akce Dovolená s Jógou a turistikou. Tentokrát do **Beskyd na Morávku se sádhví Párvatí** (na tomto místě pobývali **Holygurudží** a **Višvagurudží**).

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

Mimořádným zážitkem budou každodenní přednášky **sádhví Párvatí**, dlouholeté žačky **Paramhans svámího Mahéšváranandy**.

Termín: 30. 9. – 6. 10. 2018

Zahájení: v neděli 30.9. večer v 18:30

Ukončení: v sobotu 6. 10. 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: 3600,- Kč platí pro přihlášky do 30.7.

4000,- Kč platí pro přihlášky po 30.7.

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

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

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

Vlakem nebo autobusem – do Frýdku- Místku, Přestup na autobus směr „Morávka Lipové“. Na konečnou stanici lze přestoupit na minibus, který Vás dopraví na zastávku „Přehrada“. Penzion se nachází 50m pod zastávkou.

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

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

Tel: 737 867 830, E-mail: krisnapuri@seznam.cz

Záloha: 1000,- Kč uhradte nejpozději do 30.7. v hotovosti, nebo na účet č: 0072602123/0800.

Doplatek: 2600,- Kč nebo 3000,- Kč uhradte nejpozději při presentaci na místě.

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

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