



JÓGA V DENNÍM ŽIVOTĚ

Harmonie těla, mysli a duše

System paramhase svámího Mahéšvaránandy

ŠANK PRAKŠALÁNA

DEN, ČAS: SOBOTA 1. 4. 2017, 7:00 - 14:00 hod.
NEDĚLE 2. 4. 2017, 7:00 - 14:00 hod.

MÍSTO: Jógacentrum Blanická 17, Praha 2

LEKTOŘI: v sobotu Dušan Brůna
v neděli Alexandr Paikert

„Nestačí udržovat vnější čistotu. Pravidelná vnitřní očista je stejně důležitá.“

Zlaté učení šrí Díp Nárájana Maháprabhudžího

Šank prakšalána patří mezi šest očistných technik, šat krijí, které jsou součástí systému Jóga v denním životě. Slouží k úplnému vyprázdnění střev a k očištění celého trávicího ústrojí. Zbavuje tělo jedovatých zplodin, odstraňuje jarní únavu a přináší pocit lehkosti a svěžesti. Působí proti alergiím a kožním chorobám. Technika má však také kontraindikace, o kterých je třeba se informovat předem. Na semináři projdete touto očištěnou prakticky pod odborným vedením zkušeného lektora. Dozvíte se podrobné účinky šank prakšalány a také jak se chovat a co jíst v období po ní.



Uzávěrka přihlášek: **čtvrtek 30. 3. 2017 do 12 hodin** | Cena: **950 Kč (850 Kč po slevě)**
Program je určen pro: **pokročilé cvičence systému Jóga v denním životě**

Kontakt: Blanická 17, Praha 2 | tel. 728 346 069 | praha@joga.cz | www.joga.cz

Slevu mají: Členové JDŽ Praha, z. s., důchodci, studenti denního studia do věku 26 let a rodiče na rodičovské dovolené (slevy se nesčítají). Při odhlášení po uzávěrci přihlášek činí storno poplatek 20 % z ceny. Při neúčasti bez předchozího odhlášení se účastnický poplatek nevrací.