

RÁMCOVÝ ČASOVÝ HARMONOGRAM

- PÁTEK od 16.00 příjezd a registrace
17.30 - 19.30 večere a ubytování
19.30 - 21.00 přivítání a úvodní setkání
- SOBOTA 6.30 - 21.00 celodenní program - jógová cvičení, tři jídla, procházka, přednáška, zpívání, otázky a odpovědi čas na osobní volno
- NEDĚLE 6.30 - 13.00 dopolední program - jógová cvičení, společné sdílení a ukončení semináře, oběd

PROSÍM RESPEKTUJTE PRINCIPY ÁŠRAMU

- celý objekt je nekuřácký
- do areálu prosím nevnášejte zbraně, alkohol, drogy, maso či vejce a to v jakékoliv podobě
- respektujte prosím trvalé obyvatele zámku a jejich soukromí



DALŠÍ INFORMACE

Ubytování: Ubytovnání ve vícelůžkových pokojích na zámku se sociálním zařízením na chodbě.. Ženy a muži jsou ubytováni odděleně.

Co si vzít s sebou: Doporučujeme vzít si s sebou karimatku nebo podložku na cvičení, pohodlné a volné oblečení na cvičení a přezůvky. Pokud máte, vezměte si s sebou dandu (podpěru ruky pro pohodlenější cvičení pránajámy). Pohodlnou obuv na procházky.

Jak se přihlásit: on-line přihlášení: na www.joga.cz/seminar.
Po provedení registrace vyplníte on-line přihlášku.
Přihláška je platná až po zaplacení.
Pokud platíte později než dva dny před začátkem semináře, vezměte si prosím s sebou výpis z elektronického bankovníctví, abychom předešli případným nedorozuměním.

Platba: Na základě automaticky vygenerovaných informací zaslanych na vaši e-mailovou adresu.

Storno podmínky: do 30.10. vracíme celkovou částku
od 31.10. vracíme pouze částku za stravu