

Cvičitelé JDŽ Brno
ve Střílkách

28. září – 1. října



.CVIČENÍ
...WORKSHOPY
..PŘEDNÁŠKY
.....VÝLETY
...SETKÁVÁNÍ

Prána

Životní síla v lidském těle

Zveme Vás na víkendový jógový program s brněnskými cvičiteli Systému Jógy v denním životě, který se bude konat v ášramu ve Střílkách u Kroměříže.

Jógové cvičení celkově harmonizuje naši bytost a přispívá ke zlepšení našeho zdraví. Pojďme společně procítit jeho účinky pro naše fyzické tělo i duši. Díky jógovým cvičením a technikám, zdravé vegetariánské stravě a pobytu v příjemném prostředí v přírodě odstraníme napětí každodenního života, rozvineme vnitřní rovnováhu a duševní pohodu.

Cvičitelé a lektori: Alena Filková, Pavel Hlavoň, Jana Hrstková, Enrique Lopez, Anna Procházková, Svamí Mantrapurí, Jana Vašíková, Josef Vávra

Seminář je pro účastníky, kteří již mají osobní zkušenost se cvičením Jógy v denním životě bez ohledu na pokročilost.

RÁMCOVÝ ČASOVÝ HARMONOGRAM

ČTVRTEK od 12:30 příjezd a oběd
14:30 odpolední program
18:00 večeře
19:30 večerní program

PÁTEK a SOBOTA 7:00 – 21:00

NEDĚLE 7:00 – 12:30

PROSÍM RESPEKTUJTE PRINCIPY ÁŠRAMU

DALŠÍ INFORMACE

Ubytování na posteli včetně lůžkovin.