



JÓGA V DENNÍM ŽIVOTĚ

Harmonie těla, mysli a duše

System paramhans svámího Mahéšvaránandy

Vaření podle ajurvédy praktický kurz

TERMÍN: **30. - 31.3. 2024**

VEDE: **Ivona Peček Hemwati**

KDE: **Maháprabhudíp ášram ve Střílkách**



Přijďte objevit starobylou nauku o životě

a vykouzlit výživné jídlo plné vůní a chutí.

Dozvíte se jak připravit chutnou upmu, poznáte různé koření, lahodné pharaty, kokosové čatní, sabjí a mnoho dalších výborných jídel. V každé části dílny budeme společně vařit a na konci každého dílu si dopřejeme výborné jídlo.



Kurz je vhodný pro všechny, co rádi vaří a zajímá je i účinek stravy na zdraví člověka. Je možné se zúčastnit celého kurzu nebo jen jednotlivých dní. V sobotu se dotkneme základních pravidel ajurvédy (vhodné pro začátečníky). V neděli budeme vařit bohaté slavnostní menu.

Cena sobota + neděle 2.200,-Kč

Cena sobota 1.500,- Kč

Cena neděle 800,- Kč

Cena zahrnuje kurzovné, tištěné podklady, suroviny (veganské).

Ubytování lze přibjedenat. Přihláška je platná až po uhrazení ceny.

Kurz má omezený počet míst, tak si pospěšte a přihlaste se na www.joga.cz/strilky. Těšíme se na vás.



SDRUŽENÍ JÓGA V DENNÍM ŽIVOTĚ STŘÍLKY | Zámecká 202,768 04 Střílky

www.joga.cz/strilky | programy@yoga.cz | Tel.: +420 603 163 230 (St - Ne; 9 - 17.00)

FB: Maháprabhudíp ášram Střílky | www.facebook.com/AshramStrilky