



JÓGA V DENNÍM ŽIVOTĚ

Harmonie těla, mysli a duše

Systém Paramhans Swamiho Maheshwaranandy

ŠANK PRAKŠÁLANA

TERMÍN: 29. – 30. března 2024

VEDE: Milan Sudický (Fyzioterapeut)

KDE: Maháprabhudíp ášram ve Střílkách



Během intenzivního semináře se pod lékařským dozorem teoreticky i prakticky seznámíte s očistnými hathajógovými technikami, které pročistí vaše tělo i mysl. Hlavní náplní bude provedení techniky Šank prakšálana - očista střev za pomoci slané vody a fyzických cvičení s následnou speciální dietou.



Cena

- **1800 Kč**
- Přihlášení na seminář on-line: www.joga.cz/strilky/
- Přihláška je platná až po uhrazení ceny.

Prosíme, abyste respektovali, že účast na pátečním úvodu je pro nové účastníky povinná.

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

Tel.: +420 573 375 113 | programy@yoga.cz | www.joga.cz/strilky/

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