



Harmonie těla, mysli a duše

# JÓGA A OBRAZY Z VLNY

## RELAXAČNÍ TVOŘIVÝ VÍKEND PRO ŽENY

Víkend 24. – 26. ledna 2025, Maháprabhudíp ášram ve Střílkách



Víkendem Vás provede  
**Alena Stellnerová**

Milé ženy,

přijměte pozvání na pestrý víkendový program, který proběhne v areálu Stříleckého zámku s nádherným parkem.

Zacvičíme si podle Systému Jóga v denním životě pro protažení těla a dobrou náladu.

Vyrobíme si obrázek nebo pouzdro na mobil či brýle technikou suchého plstění jehlou na filc. Je to technika relaxační a pomáhá nám zbavit se stresu.

*"Nemusíte být v něčem skvělí,  
abyste začali,  
ale musíte začít,  
abyste se stali skvělými."*

**CENA: 3 080,- Kč**

Cena zahrnuje ubytování, stravu, program, výtvarný materiál.

Je možnost objednání lůžkovin za příplatek 138 Kč.

Přihláška je platná až po uhrazení ceny.

Přihlašování přes [www.joga.cz/strilky](http://www.joga.cz/strilky)

