



Harmonie těla, mysli a duše

BUCHLOVSKÉ VYHLÍDKY A JÓGA

TURISTICKÝ VÍKEND

21. – 23. února 2025, Maháprabhudíp ášram ve Střílkách



Víkendem Vás provede
Gabriela Yogamitra Vašíková
Certifikovaná cvičitelka
Systému Jóga v denním životě



Milí přátelé,

srdečně vás zveme na skvělý víkend plný pohybu, relaxace a přírody! Kombinace ranního a odpoledního cvičení jógy s túrami po Buchlovských kopcích je perfektní pro propojení fyzické aktivity a mentálního uvolnění. Rozhledna Brdo i vyhlídková věž Salaš slibují krásné výhledy, což určitě přidá na celkovém zážitku.

Trasy jsou v délce 10 – 15 km.

„Rozhledna je dáma, při jejímž dobývání se chvějeme vzrušením z očekávaného, abychom se posléze trásli vyčerpáním z právě objeveného!“



CENA: 2 900,- 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

BUCHLOVSKÉ VYHLÍDKY A JÓGA

RÁMCOVÝ ČASOVÝ HARMONOGRAM

PÁTEK

- 16.00 příjezd, registrace, ubytování
- 17.45 večeře
- 19.00 přivítání a úvodní setkání

SOBOTA

- 7:00 ranní cvičení
- 8:30 snídaně
- 9:30 procházka
- 12:30 oběd
- 15:00 jóganidra, cvičení, program
- 17:45 večeře
- 19:00 večerní program

NEDĚLE

- 7:00 ranní cvičení
- 8:30 snídaně
- 9:30 procházka
- 12:30 oběd a rozloučení



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:

Ubytování ve více lůžkových pokojích na zámku se společným sociálním zařízením. Ženy a muži jsou ubytováni odděleně.

CO SI VZÍT S SEBOU:

Doporučujeme vzít si s sebou karimatku nebo podložku na cvičení, lehčí deku nebo meditační šál na přikrytí, pohodlné oblečení na cvičení, přezůvky, pohodlnou obuv na procházky, případně turistické hůlky a dobrou náladu.

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 zaslaných na vaši e-mailovou adresu.