



Harmonie těla, mysli a duše

JÓGA A KERAMICKÁ MOZAIKA

RELAXAČNÍ A VÝTVARNÝ VÍKEND

Víkend 11.–13. dubna 2025, Maháprabhudíp ášram ve Střílkách



Víkendem Vás provede **Gabriela Yogamitra Vašíková**.

Milí přátelé jógy a výtvarných technik,
přijměte prosím pozvání na pestrý víkendový program,
který proběhne v areálu Stříleckého zámku obklopeného
krásnou přírodou. Přijďte načerpat energii, pobavit se při
kreativní práci a protáhnout se s Jógou v denním životě.

Vyrobíme si **dekorativní talíř**, **zrcadélko s mozaikovým rámem** nebo **ozdobný květináč**. Technika keramické mozaiky je vhodná pro úplné začátečníky i zdatné výtvarníky. Mozaika je návyková, je to relax a dobrodružství zároveň.



„Nemusíte být v něčem skvělí, abyste začali, ale musíte začít, abyste se stali skvělími.“

CENA: 3 200 Kč

Cena zahrnuje ubytování, stravu, program a výtvarný materiál.

Je možnost objednání lůžkovin za příplatek 138 Kč.

Přihláška je platná až po uhrazení ceny. Přihlašování přes www.joga.cz/strilky

JÓGA A MOZAIKA

RÁMCOVÝ ČASOVÝ HARMONOGRAM

PÁTEK

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

SOBOTA

7:00 ranní cvičení
8:45 snídane
9:30 tvoření mozaiky
12:30 oběd
15:00 jóganidra, cvičení, tvoření
17:45 večeře
19:00 večerní program

NEDĚLE

7:00 ranní cvičení
8:45 snídane
9:30 dokončení mozaiky - spárování
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, pohodlné a volné oblečení na cvičení a přezůvky. Dále pracovní oblečení na výrobu mozaiky. Veškerý materiál a nástroje budou na místě k dispozici.

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.