

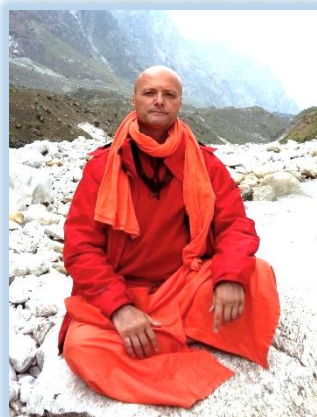


Harmonie těla, mysli a duše

TĚLO, DECH A STRACH

JÓGÍNSKÝ PŘÍSTUP TVÁŘÍ V TVÁŘ K VNITŘNÍM STÍNŮM

Víkend 23. - 25.5. 2025, Maháprabhudíp ášram ve Střilkách



Srdečně vás zveme na víkendový seminář podle systému JÓGA V DENNÍM ŽIVOTĚ, který povede **mahámandaléšvar svámí Vivék Puri**

Mahámandaléšvar svámí Vivék Puri se narodil v chorvatském Záhřebu a téměř 40 let cvičí a učí systém Jóga v denním životě pod vedením Jeho Svatosti višvaguru paramhans svámího Mahéšvaránandy, který je světově uznávaným autorem systému Jóga v denním životě.

Systém Jóga v denním životě přináší autentické jógové techniky v jejich původní čistotě a síle. Tradiční moudrost jógy spojuje s moderním a srozumitelným přístupem tak, aby si každý našel cestu, jak Jógu v denním životě využít k nalezení tělesného, mentálního i duchovního zdraví.

Na víkendovém workshopu „Tělo, dech a strach“ se zaměříme na přístup k vnitřním stínům. Strach není nepřítel – je to signál. Prostřednictvím vědomého pohybu, dechu a sebedotazování (ātma chintan) zkoumáme, jak se myšlenky a emoce projevují v těle a jak nám jóga pomáhá spíše transformovat než potlačovat. Toto není boj se stíny, ale pozvání k hlubšímu setkání se sebou samým.

CENA: 3 430 Kč

Je možnost lůžkovin za příplatek 138 Kč.

Uzávěrka přihlášek **do 18.5.2025.**

Přihláška je platná až po uhrazení ceny.

Přihlašování: www.joga.cz/strilky.

Program bude překládán do českého jazyka.

Můžete se těšit také na procházky v čisté okolní přírodě a na výbornou vegetariánskou stravu.



***Dovolit si otevřít svoji mysl
a nahlédnout do svého srdce.***

RÁMCOVÝ ČASOVÝ HARMONOGRAM

PÁTEK

16:00	příjezd a registrace
17:45	večeře
19:00	program

SOBOTA

6:30	ranní jógová cvičení
8:00	snídaně
10:00	program
12:30	oběd
15:00	program
17:45	večeře
19:00	program

NEDĚLE

6:30	ranní jógová cvičení
8:00	snídaně
10:00	program
12:30	oběd a odjezd

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 vícelůžkových pokojích na zámku se společným sociálním zařízením na chodbě. Ženy a muži jsou ubytováni odděleně.

CO SI VZÍT S SEBOU:

Doporučujeme vzít si s sebou karimatku nebo podložku na cvičení, deku nebo šál na relaxaci, pohodlné a volné oblečení na cvičení a přezůvky, pohodlnou obuv na procházky.

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.