



Harmonie těla, mysli a duše

BUCHLOVSKÉ VYHLÍDKY A JÓGA

TURISTICKÝ VÍKEND

3. – 5. října 2025, Maháprabhudíp ášram ve Střílkách



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



Milí přátelé,

přijďte si užít harmonický víkend plný jógy, meditace, dechových cvičení a dalších jógových technik. Každé ráno začneme jemnou praxí, následovanou dopoledními procházkami, díky kterým se tělo uvolní, mysl se zklidní a odpočine.

„Cestování zlepšuje naši představivost, uspokojuje naši zvědavost a připomíná nám, kolik máme všichni společného.“ - Deborah Lloyd

Navážeme na předchozí Buchlovské vyhlídky a budeme pokračovat v objevování krás kolem rozhledny Brdo. Trasy jsou od 6 do 9 km (Zastřízly - Stará cihelna, 9 km; Cetechovice - Vlčák, 6 km). Vše tak, abychom se vyladili na pohodu a klid.

CENA: 2 900,- Kč

Cena zahrnuje ubytování, stravu, program.

Je možnost objednání lůžkovin za příplatek 138 Kč.

Přihláška je platná až po uhrazení ceny.

Přihlašování přes www.joga.cz/strilky



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.