



Harmonie těla, mysli a duše

JÓGA A KERAMICKÁ MOZAIKA

RELAXAČNÍ A VÝTVARNÝ POBYT

7.–9. listopadu 2025, Maháprabhudíp ášram ve Střílkách



Kurzem Vás provede **Gabriela Yogamitra Vašíková**.

Milí přátelé jógy a výtvarných technik, přijměte prosím pozvání na pestrý 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

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 dvou a tří lůžkových komfortních pokojích se 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.

Možnost zakoupení ozdobných komponentů na mozaiku. Je také možné přivést si kachličku dle vlastního odstínu.

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.