



Harmonie těla, mysli a duše

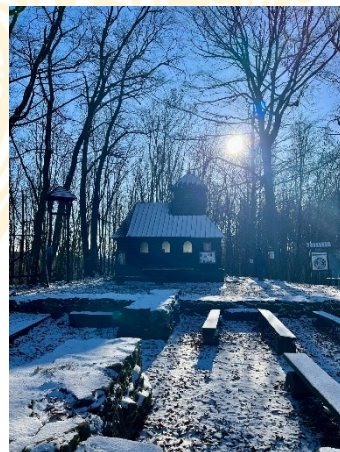
BUCHLOVSKÉ VYHLÍDKY A JÓGA

TURISTICKÝ VÍKEND

6. – 8. února 2026, Maháprabhudíp ášram ve Střílkách



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



Milí přátelé,

dopřejte si čas jen pro sebe v klidu a pohodě.

Čeká nás ranní i odpolední jóga pro rozhýbání těla a uvolnění mysli, dopolední kratší turistické trasy zimní krajinou (5–8 km). Našimi turistickými cíli jsou tentokrát poutní místo Klimentek, tajemná Kazatelna a hrad Cimburk v blízkosti Koryčan. Po obědě si odpočineme při velmi účinné hluboké relaxaci jóganidra. Večer posílíme koncentraci pomocí techniky trátek, povídat si budeme o Indii - kolébce jógy.

Těšíme se na společně strávený čas.

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

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



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.