



Harmonie těla, mysli a duše

ŠANK PRAKŠÁLANA

Víkend 10.–11. dubna 2026, Maháprabhudíp ášram ve Střílkách



Kurzem vás provede zkušený lektor:
Milan Sudický, fyzioterepeut

Během intenzivního semináře se pod lékařským dozorem teoreticky i prakticky seznámíte s očistnými hatha- jógovými technikami, které pročistí vaše tělo i mysl. Hlavní náplní bude provedení techniky Šank prakšálana - očista střev za pomoci slané vody a fyzických cvičení s následnou speciální dietou.

Prosíme, abyste respektovali, že účast na pátečním úvodu je pro nové účastníky povinná.

CENA: 1 900 Kč

Je možnost lůžkovin za příplatek 138 Kč.

Přihláška je platná až po uhrazení ceny.

Přihlašování přes www.joga.cz/strilky, nejpozději do 5.4.2026.

