



Harmonie těla, mysli a duše

# JÓGA A LÉČIVÁ SÍLA BYLIN

## TÝDEN PRO ŽENY

pátek 14.8. – pátek 21.8. 2026, Maháprabhudíp ášram ve Střílkách



Víkendem Vás provede  
**Alena Stellnerová**

*Milé ženy,*

*přijměte pozvání na program pro osobní rozvoj a inspiraci ve vlídném prostředí stříleckého ášramu, kde park dýchá vůní léčivých bylin...*

### Co bude na programu?

- *Společně se naladíme na sílu přírody a její dary.*
- *Pronikneme do kouzelného světa rostlin.*
- *Svému tělu dopřejeme jógový pohyb a vědomý dech.*
- *Mysl zklidníme pomocí koncentračních technik.*
- *Čekají vás další zajímavé workshopy, přednášky a kreativní tvoření.*
- *Svůj hlas vyladíme pomocí zpěvu.*
- *To vše v krásném a spiritualitou prodchnutém prostředí.*



**CENA: 11 100 / 6 420 Kč \***

Cena zahrnuje ubytování, vegetariánskou stravu 3x denně a celodenní program.

Přibojednání lůžkovin za příplatek 150 Kč.

Přihláška je platná až po uhrazení ceny.

Přihlašování přes [www.joga.cz/seminar](http://www.joga.cz/seminar)



\* *Varianty délky pobytu:*

- *7 nocí (PÁTEK – PÁTEK)*
- *4 noci (PÁTEK – ÚTERÝ)*

## JÓGA A LÉČIVÁ SÍLA BYLIN TÝDEN PRO ŽENY

### RÁMCOVÝ ČASOVÝ HARMONOGRAM

#### PÁTEK

16:00 příjezd, registrace, ubytování  
17:45 večere  
19:30 přivítání a úvodní setkání

#### SOBOTA - ČTVRTEK

7:00 ranní cvičení  
8:45 snídane  
10:30 program  
12:30 oběd  
15:00 jóganidra, cvičení, program  
18:00 večere  
19:30 večerní program

#### PÁTEK

7:00 ranní cvičení  
8:45 snídane  
10:30 dopolední program  
12:00 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 zrekonstruované budově ve dvou a tři lůžkových pokojích s vlastním 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. Pohodlnou obuv na procházky.

#### JAK SE PŘIHLÁSIT:

Přihlašujte se prosím do 7. srpna 2026 na [www.joga.cz/seminar](http://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.