



MAHÁPRAPHUDÍP ÁŠRAM

Místo pro harmonii těla, mysli a duše

☪ System jóga v denním životě ☪



Program září - prosinec 2018

Srdečně vás zveme na pobytové semináře, které pravidelně pořádáme v Maháprabhudíp ášramu ve Střílkách, centru Jógy v denním životě.

Čeká na vás bohatý program, zdravá strava, nejrůznější jógové techniky dle Systému jóga v denním životě a především klidné prostředí Stříleckéh zámku s nádherným rozsáhlým parkem vhodným pro načerpání nových sil a pozitivní energie. Těšíme se na vás!

26. - 28. 10.	Regenerační víkend pro ženy s jógou <i>Milé dámy, je tu další víkend určený pouze pro vás. Již potřetí v tomto roce se můžete těšit na bohatý program; vede:</i> Alena Stellnerová a kol.
2. - 3. 11.	Šank prakšálana <i>Šank prakšálana, nebo-li očista střev, čistí krev, zbavuje tělo jedovatých zplodin a přispívá k dobrému trávení. Působí proti alergiím a kožním chorobám.</i> Milan Sudický, fyzioterapeut
9. - 11. 11.	Jógou ke zklidnění a uvolnění <i>Srdečně vás zveme na víkendový seminář zaměřený na uvolnění těla a zklidnění mysli. Seminář je určen všem cvičencům, začátečníkům i pokročilejším.</i> Brněnští cvičitelé
16. - 18. 11.	Gurukul <i>Víkendový program pro děti.</i> sádhví Párvatí a kolektiv
23. - 25. 11.	Setkání s přirozenou rostlinnou stravou <i>Seminář vhodný pro všechny, kteří chtějí zlepšit kvalitu svého života.</i> R. Líška, E. Oriňáková a manželé Eliášovi
24. - 26. 11.	Ájurvéda - individuální konzultace dr. Sardeshmukh
24. 11. 16 : 30	PŘEDNÁŠKA: Ájurvédská doporučení na zimu <i>Vstupné je dobrovolné; výdělek jde na úpravy ášramu.</i> dr. Sardeshmukh
28. 12. - 1. 1.	Společné přivítání nového roku <i>Přijďte s námi oslavit příchod Nového roku do stříleckého ášramu. Možnost přijet i na jednotlivé dny.</i>

ZMĚNA PROGRAMU VYHRAZENA.



SDRUŽENÍ JÓGA V DENNÍM ŽIVOTĚ | Tel. +420 573 375 113
programy@yoga.cz | www.joga.cz/strilky | Fb: AshramStrilky