

# Letní kurz jógy

19. - 26. července 2014

Oslavice u Velkého Meziříčí

Srdečně vás zveme na relaxační a sebepoznávací letní kurz jógy, opět do kraje básníků a malířů Českomoravské Vysočiny. Uprostřed nádherné přírody a společnosti milých lidí s otevřeným srdcem společně prožijeme týden dovolené spojené s cvičením jógy v tradičním pojetí, která působí harmonicky na tělo, mysl a duši a pomáhá nám otevírat se poznání, kdo skutečně jsme.

I tento rok si budeme užívat pohostinnosti rodinného Tvořivého a relaxačního centra v Oslavicích <http://www.tvorive-centrum.cz/tvorive-centrum.php> a necháme se rozmazlovat od Hanky a Honzy, kteří nám budou vařit jejich nezapomenutelné vegetariánské dobroty.

Budeme třikrát denně praktikovat jógu, toulat se místní krajinou, koupat se v lesním rybníku, sbírat v lese houby a bylinky na loukách. Půjdeme společně na celodenní výlet, zkusíme opět vydržet jednodenní maunu, budeme zpívat, recitovat a poslouchat mantry, tancovat, léčit se tibetskými mísami, povídat si, poslouchat a meditovat.

Toto vše nám může pomoci se více otevřít poznání, co doopravdy jsme, našemu Já. Žít v přítomnosti a pocítit uvnitř sebe Ticho, Klid a Mír, Radost a Lásku, která je neustále v našem Srdci, která nemá hranice a je tu pro každou bytost bez rozdílu.

**Cena:** 4800,- Kč

**Počet míst** je omezen na 17 osob, proto místo bude rezervováno až po zaplacení zálohy 2000,- Kč.

**Nezapomeňte si vzít s sebou:** přikrývku na spaní (polštář a prostěradlo jsou na místě), podložku a oblečení na cvičení.

**Cena zahrnuje:** 7 dní ubytování s plnou penzí - vegetariánská strava, cvičení jógy (podle počasí venku či uvnitř) a večerní program.

**Přihlášky zasílejte na e-mail:** [olgakralikova@joga-terapie.cz](mailto:olgakralikova@joga-terapie.cz)

v případě dotazů volejte na tel. +420 737 840 647



Lektorka: Olga Králíková [www.joga-terapie.cz](http://www.joga-terapie.cz)