

Škola jógy pro každý den
Marie Hošková, Richard Lipka

LÉTO S JÓGOU NA ŠUMAVĚ

30. 7. – 5. 8. 2023

Zahájení v sobotu 30. 7. odpoledne, ukončení v pátek
5. 8. po snídani

Příjezd, prezenca a ubytování od 15. hodin

Zveme vás na letní pobytový kurz jógy do hotelu Rohanov v šumavské víscce Lhota nad Rohanovem. V blízkosti hotelu se nachází vrch Javorník (1065 m.n.m, s Klostermannovou rozhlednou), v obci Rohanov je přírodní koupaliště.

Je zajištěna strava ve formě plné penze. V případě potřeby hotel zajišťuje také bezlepkovou dietu. Ubytování je v pokojích v hlavní budově, většina pokojů má vlastní sociální zařízení. **Pokud máte zájem o vegetariánskou stravu nebo bezlepkovou dietu, uveďte to prosím na přihlášce.**

Praxi jógy povedou Marie Hošková a Jarka Boudová. Cvičit budeme dopoledne i odpoledne ve dvou skupinách s různou náročností – ve dvou klubovnách, pokud bude počasí přát, tak i venku.

Praxe jógy zahrnuje ásany, pránájámu a koncentraci a bude doplňována večerními besedami.

Cena za celý pobyt zahrnuje ubytování, stravu a program: 7500,- Kč

Peníze posílejte prosím na účet 2902180484/2010 určený pro platby za mimoplzeňské kurzy.

Přihláška je závaznou po uhrazení zálohy ve výši 2000,- Kč za osobu, a to **nejpozději do 10. května**. Pokud budete chtít fakturu pro pojišťovnu nebo zaměstnavatele, uveďte v přihlášce, co na ní potřebujete uvést.

Stejně jako v minulém roce budeme rádi, když si přivezete vlastní pomůcky (neklouzavku, deku, popruh, 5 destiček, 2 cihly), pokud je nemáte, dejte nám vědět a dovezeme je v potřebném množství.

Pokud máte jakákoliv dietní omezení, napište to na přihlášku, abychom mohli vaše požadavky domluvit včas.

Přihlášky zasílejte na adresu:

Richard Lipka, Rabštejnská 43, 323 00 Plzeň

Nebo **mailem na adresu pobyt@jogaplzen.cz**

Přihlášky budou zařazovány podle data přijetí, až do naplnění kurzu. Závaznou přihláškou se návratka stává až po potvrzení.

NÁVRATKA – Léto s jógou Rohanov 30. 7. 2023

Závaznou přihláškou se tato návratka stává po potvrzení.

Jméno a příjmení tel./e-mail:

Adresa

PSČ.....

Data dalších osob napište na rub této návratky.

Datum

Podpis