



JOGOVÝ POBYT V RAJI - THAJSKO, KOH PHANGAN

Otvoríš oči, lebo sa ti už nedá dlhšie spať, lebo túžiš privítať nový deň a prežiť ho naplno. Vzduch je voňavý a vlhký. Šum vln thajského zálivu ti pripomenie zhlboka sa s vďačnosťou nadýchnuť do nového dňa. Džungľa sa zobúdzá, slnko ťa volá pozdraviť sa navzájom a s pokorou a RADOSTOU privítať nový deň ako ten najväčší DAR.

Si presne tam, kde si túžil byť. Nesnívaš, ale dýchaš prítomnosť.

NA ČO SA MÔŽEŠ TEŠIŤ?

- joga, pranayama, meditácie, očistné techniky každé ráno a večer s Deni Ha (cvičiť budeme na terase s priamym výhľadom na vodu)
- výlety, budeme objavovať nové miesta, tancovať na pláži
- oddych, či túlanie sa po magických plážach
- živá hudbička na handpanoch od muzikanta srdcom i dušou pri joge, pri západoch, v saune :) v privedení Ďuriho Hellbrandt

☀ **TERMÍN:** 13.-26.10.2018

☀ **LOKALITA:** ostrov Koh Phangan, Thajsko

☀ **CENA:** 777eur (do konca augusta 2018, od septembra o stočku viac, počet účastníkov - max. 15 ľudí)

CENA ZÁHRŇA:

- ☉ jogu ráno a večer pri východe a západe slnka
- ☉ 11 nocí - ubytovanie v bungalovoch pár krokov od pláže
- ☉ šľavnaté raňajky a chutné thajské večere
- ☉ 5x výlety a cesta za nimi
- ☉ malý fotoalbum na pamiatku

CENA NEZAHŔŇA:

- ☉ letenku + cesta vlakom na ostrov (stojí okolo 500-600e, pomôžeme ti vybaviť, ak treba)
- ☉ cestovné poistenie (opýtaj sa v banke ku kartám sa ponúka alebo v poisťovniach, poisti sa na celú dĺžku pobytu aj cestu)
- ☉ jedlo počas dňa (mimo raňajok a večere)

PRE KOHO JE POBYT VHODNÝ: *Pre všetkých, ktorí majú chuť a odvahu SPOZŇAVAŤ SEBA A SVET :) Joga bude jemná, zameraná na správne*

zarovnanie, zdravý chrbát, posvätnú geometriu tela, prepájanie s prírodou. Vhodné pre začiatočníkov aj pokročilých.

S KÝM TAM PÔJDEŠ?



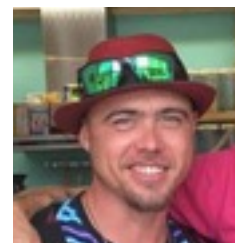
DENI HA

lektorka hatha jogy, RYT300
zakladateľka štúdia Joga Srdcom, BB



KATKA POHÁNKA

lektorka terapeutické jogy, RYS200
zakladateľka štúdia Zen Flow, BA



JURAJ HELLEBRANDT

sprievodca
hudobník a cestovateľ

VIAC INFO na: www.denyoga.sk

viac fotiek a info cez udalosť na FACEBOOKU: Jogový pobyt v raji - Thajsko

PRIHLÁSENIE: info@denyoga.sk