



# DŮM JÓGY V HLAVICI

Hlavice 15, 463 48 Všelibice  
tel. 485 148 900, mob. 776 839 021, e-mail: info@joga-hlavice.cz  
www.joga-hlavice.cz



## Program akcí pro rok 2018:

Kód:

---

**0418 22. – 28. 1. JÓGA V ŠIRŠÍCH SOUVISLOSTECH VII/2**  
**Pokračování sedmého běhu kurzu pro získání kvalifikace Instruktor jógy se zaměřením na zdravotní aspekty jógy**

**1118 16. – 18. 3. JÓGA VÍKEND PRO ŽENY** **Irena Kubicová**

**Organizátor akce:** Irena Kubicová, e-mail: [irenakubicova@seznam.cz](mailto:irenakubicova@seznam.cz), tel. 777 576 621  
[www.irenakubicova.cz](http://www.irenakubicova.cz)

**1518 6. – 8. 4. JÓGA V ŠIRŠÍCH SOUVISLOSTECH VII/3**

**1718 13. - 15. 4. VÍKEND S JÓGOU** **Eva Paskerová**

**Organizátor akce:** Eva Paskerová, e-mail: [epaskerova@seznam.cz](mailto:epaskerova@seznam.cz), tel. 725 704 987

**13. - 15. 4. VÍKEND S JÓGOU** **Michaela Voráčková**

**Organizátor akce:** Michaela Voráčková, e-mail: [mvoracek@post.cz](mailto:mvoracek@post.cz), tel. 608 112 115

**1818 20. – 22. 4. PŘÁTELE JÓGY** **Miroslav Kapoun**  
**Mlada Kůrková**

**Tradiční jarní setkání přátel jógy otevřené všem zájemcům o jógu**

- sobotní odpolední výlet, večerní beseda
- pro všechny stupně pokročilosti

**Organizátor akce:** Miroslav Kapoun, e-mail: [mkapoun@centrum.cz](mailto:mkapoun@centrum.cz), [kapoun.miroslav@gmail.com](mailto:kapoun.miroslav@gmail.com),  
tel. 606 631 498

2018 4. - 8. 5. JARNÍ prodloužený VÍKEND nejen S JÓGOU Kamila Neumannová 4960 Kč  
Jitka Malá  
Míša Svatošová  
Kristýna Neumannová



Prodloužený víkend ve stylu „Dovolená s jógou“  
s doprovodným programem pro dospělé i děti

necvičící: 3600 Kč

Cena pro děti:

- SPIRÁLNÍ JÓGA pro dospělé s Kamilou a Jitkou – 2x denně 2-4 roky 2880 Kč
- JÓGA PRO DĚTI s Míšou – 2x denně 5-8 let 3550 Kč
- JÓGA PRO NÁCTILETÉ – 2x denně s Kristýnou, Kamilou a Jitkou 9-12 let 4300 Kč

**Doprovodný program:**

- Včelařská dílna a povídání o včelách s včelařkou Martinou Márovou pro děti i dospělé  
- ježdění na koni pro děti

- program pro děti od 3 let i během cvičení rodičů
- možnost intuitivních masáží s Janou Havelkovou
- pro všechny stupně pokročilosti – i pro úplné začátečníky
- vhodné jak pro jednotlivce, tak pro rodiče s dětmi
- **plná penze** (snídaně, obědy, večere)
- začátek programu v pátek v 18.30, ubytování od 17.00

2318 21. - 27. 5. JARNÍ TÝDEN S JÓGOU UTE KAISER 7250 Kč  
(Německo)

Intenzivní, a přesto velmi pohodový týden jógy se zkušenou německou učitelkou

- 6 hodin praxe + 2 meditační sezení denně
- kurz bude veden v němčině
- zvýhodněná cena pro české účastníky
- začátek programu v pondělí v 16.00, ubytování od 14.00

2418 1. – 3. 6. JÓGA V ŠIRŠÍCH SOUVISLOSTECH VII/4

IYENGAR JÓGA V REHABILITACI

Martina Ježková

2618 11. – 14. 6.

2718 14. - 18. 6.

2818 18. - 20. 6.

**Organizátor akcí:** Martina Ježková, e-mail: [mart.jezkova@seznam.cz](mailto:mart.jezkova@seznam.cz), tel. 607 960 406

3118 4. – 8. 7. MALÉ JÓGOVÉ PRÁZDNINY Zdeněk Černý  
PRO DĚTI i Dospělé Hanka Černá



- jóga pro dospělé a náctileté (2× denně)
- jógové hraní a cvičení pro děti od 3 do 10 let (2× denně)
- úvodní společné cvičení dospělých s dětmi
- **doprovodný program:** rukodělné hrátky
- procházky a výlety do krásné okolní krajiny
- vhodné pro rodiče či prarodiče s dětmi i jednotlivce
- vhodné pro začátečníky i pokročilé
- začátek programu ve středu v 18.00, ubytování od 17.00
- možnost domluvy klasické masáže (mimo cvičení)

**Organizátoři akce:** Hanka a Zdeněk Černí, e-mail: [cerni@atlas.cz](mailto:cerni@atlas.cz), tel.: 777 558 258 (HČ), 777 879 322 (ZČ)

3418 23. – 29. 7. INTENZIVNÍ TÝDEN JÓGY  
a JÓGOVÉ TERAPIE

Marcela Mikešová  
Jitka Malá  
Kamila Neumannová

7250 Kč

**Intenzivní letní týden se cvičením SPIRÁLNÍ JÓGY  
a JÓGOVOU TERAPIÍ**

- více než 5 hodin jógy a jógové terapie denně
- **TÉMA: Jak na hypermobilitu v józe**
- jako host **Martina Wellnerová**, učitelka České akademie jógy s programem pro hypermobilitu
- procházky do přírody, posezení u ohně, besedy, ...
- začátek programu v pondělí v 17.00, ubytování od 15.00

3718 13. – 19. 8. DOVOLENÁ nejen s JÓGOU

Marcela Mikešová  
Kamila Neumannová  
Jitka Malá  
Karel Luft a Hanka Volfová

7250 Kč  
necvičící: 5580 Kč

Cena pro děti:



**Zajímavá, již tradiční a oblíbená dovolená s jógou  
a dalším programem pro dospělé i děti**

2-4 roky 4230 Kč

5-8 let 5210 Kč

9-12 let 6200 Kč

- **SPIRÁLNÍ JÓGA** pro dospělé – 2x denně
- **JÓGA PRO DĚTI** s Karlem a Hankou – 2x denně
- **JÓGA PRO NÁCTILETÉ** – 2x denně s Marcelou, Kamilou a Jitkou

**Doprovodný program: - Na vlnách a tónech lásky:**

léčivý tón křišťálových mís s **Jiřinou Solvanou Vašinovou**  
(<http://www.lecivytonkristalovychmis.cz>)

- Ježdění na koních pro děti

- pro dospělé **ranní meditační procházky** do okolí
- společný výlet do přírody, posezení u ohně
- **program pro děti od 3 let i během cvičení rodičů** (hry v přírodě, výšlapy, tvořivé hrátky, ...)
- **pro všechny stupně pokročilosti** - i pro úplné začátečníky
- vhodné **pro rodiče s dětmi i pro jednotlivce**
- možnost **intuitivních masáží** s Janou Havelkovou
- začátek programu v pondělí v 17.00, ubytování od 15.00

4018 14. – 16. 9. JÓGA V ŠIRŠÍCH SOUVISLOSTECH VII/5

4618 19. – 21. 10. VÍKEND nejen S JÓGOU

Marcela Mikešová  
Kamila Neumannová

2750 Kč

**Klasický intenzivní víkend se Spirální jógou a doprovodným programem**

- **Doprovodný program: Živá strava aneb jídlo bez výčitek a s radostí s Rádhou Třešňákovou** –spoluautorkou několika kuchařek o raw stravě a lektorkou mnoha kurzů „raw“ vaření ([www.varitcinevarit.cz](http://www.varitcinevarit.cz))
- možnost **intuitivních masáží s Janou Havelkovou**
- pro všechny stupně pokročilosti
- začátek v pátek v 18.30, pak lehká večere po 20. hodině

4818 2. – 4. 11. VÍKEND S JÓGOU

Michaela Voráčková

**Organizátor akce: Michaela Voráčková, e-mail: [mvoracek@post.cz](mailto:mvoracek@post.cz), tel. tel: 608 112 115**

**Psychologicko-meditační technika FOCUSING  
spolu s krátkým cvičením SPIRÁLNÍ JÓGY**

- **Focusing** - porozumět emocím, přijmout je a učinit z nich spojence pro svůj život (<http://praveted.info/focusing>)
- cvičení Spirální jógy – jógové protažení a rozcvičení 2x denně
- pro všechny stupně pokročilosti v józe i meditaci
- i pro ty, kteří již kurz absolvovali - prohloubení praxe
- začátek programu v pátek v 18.30, ubytování od 17.00

**5018 16. – 18. 11. JÓGA V ŠIRŠÍCH SOUVISLOSTECH VII/6**

Kurzy s tímto symbolem jsou určeny nejen pro jednotlivce, ale i pro rodiče s dětmi.

- Začátek je u každé akce uveden, končíme vždy obědem poslední den kurzu.
- Ceny kurzů zveřejníme během ledna a pak bude možné se na akce přihlásit.
- U kurzů, kde je uveden organizátor, se prosím obračejte přímo na něj/ni, **NEPOSÍLEJTE KURZOVNÉ NA ÚČET DOMU JÓGY V HLAVICI!!!**



**PŘIHLÁŠKY a informace o Domu jógy v Hlavici:**  
**[www.joga-hlavice.cz](http://www.joga-hlavice.cz)**

