

NESMĚŇKA pořádá:

JÓGA a HUDBA

2. dubna 2022, 10–18 hod
České Budějovice
Centrum Eliana, Riegrova 1816/3A
Cena 1 590 Kč



„Zvuk violoncella má prý stejnou vibrační úroveň jako lidské srdce. Od té doby se violoncello stalo součástí mých kurzů jógy při meditacích, při práci s příběhy nebo s čakrami jako nástroj, který umí léčit naše emoční těla.“

Kurz je pro vás, kteří chcete za pomoci hudby umocnit sílu jógy a meditací na svou psychiku, ukotvit se ve vlastním středu, rozvíjet vnitřní síly a objevit v plné šíři krásu svého vnitřního světa. Kromě cvičení klasické hathajógy si společně užijeme relaxace, různé formy meditací, čištění čakr, sdílení a hudbu.

Lektorka **Margit Koláčková** - hudebnice, lektorka jógy, absolventka pražské AMU, školy jógy při Českém svazu jógy, kurzů muzikoterapie, jógové terapie a poradních kruhů. Práci koncertní umělkyně a lektorky jógy propojuje v kurzech i na pódii v projektu "Violoncello a srdce". Více na www.jogasmargit.cz.

Jana Soukupová

mobil: +420 605 339 338

e-mail: soukupova.nesmenka@centrum.cz

adresa: Sídliště 463, 382 32 Velešín

www.nesmenka.mysteria.cz

Prosíme, pro přihlášení uvádějte celé jméno, adresu, telefon a e-mail. Záloha za kurz je 500,- Kč. Těšíme se.

* Vaše osobní údaje slouží pro přihlášení na akci a nebudeme je předávat třetím osobám.