

15-19 юли

Йога ритрит

в Пампорово,
хотел Финландия

Тази година отново ви каним на традиционния йога ритрит, за да се потопим по-дълбоко в древната наука и изкуство на живота.

Програмата включва:

- Йога терапия - същност и практически съвети
- Аюрведа - коя е вашата доша
- Югите – големите духовни периоди, в кой цикъл сме сега
 - Цветната феерия на медитацията
- Как да се освободим от това, което не искаме (кармичен мениджмънт)
- Връзката телесна психотерапия и източни практики
 - Йога философия
 - Нави Крия



“Най-големият Учител е любовта. Да обичаш означава да забравиш за себе си и чак тогава можеш да обичаш”

Свами Дев Мурти.

Лектори:

- Наско Атанасов
- проф. Захарина Савова
- Санджай Йоги
- д-р Мануш Кумар
- д-р Антоанета Заркова
- Емил Маринчев
- Катерина Павурджиева
- Николай Сираков
- Ани Лашкова
- Силвия Младенова
- Владимир Въжаров



Инструктори:

- Санджай Йоги
- Силвия Младенова
- Николай Сираков и Ива Кирова
- Ани Лашкова
- Георги Иванов
- Емил Маринчев
- Таня Иванова
- Катерина Павурджиева
- Екатерина Стоянова

Аюрведични масажи

- Себин Антони



Практики:

Йога системата на Свами Дев Мурти
Класическа йога
Хатха флоу йога
Дервиш йога
Ин йога
Лейди Нигум йога
Тратак
Обертоново пеене
Ранна пранаяма и медитация
Шаткарми
Релаксации
Народни танци и др.
Детска йога

Условия:

1. Такса за целия семинар: 56 лева

- За членове на Българска федерация по йога и практикуващи в Йога център „Свами Дев Мурти“: 46 лева.
- За семейство: 35 лева (за целия семинар за възрастен, за деца до 12 години - бесплатно)
- Цена за един ден: 18 лева
- За придружители, неучастващи в семинара – отделни практики за начинаещи веднъж дневно: 4 лева на практика
- Отделни всекидневни йога занимания за деца - бесплатно

2. Цени за нощувка и храна на ден за пълен пансион (в лв.):

	Възрастен	Деца 2-12 г.
Лице в двойна стая	36.00	18.00
Лице в тройна стая	32.00	16.00
Единична стая	44.00	
Храна – на блок-маса		

Екстри – можете да ползвате безплатно басейна и фитнеса в хотела, безплатен паркинг. Намалени цени за спа-услуги за участниците в семинара.

Зписване до 30 юни:

тел.: 0896 321 929 или 0893 980 458;

Имейл: Yoga@swamiddevmurti.org

Заплащане на семинара по банкова сметка:

IBAN BG48 BPBI 7940 1065 6484 01

BIC BPBIBGSF

Заплащане за пансиона в хотела на място.

Дата	Програма
15 юли	До 16:00 Регистрация и настаняване, 16:30-18:00 Йога практика 18:00-18:30 Откриване и представяне на програмата 18:30-19:30 Вечеря 20:30-21:15 Релаксация
16-18 юли	5:00-6:00 Ранна пранаяма и медитация 6:00-7:00 Шаткарми 7:00-8:30 Сутрешна йога практика 8:30 Закуска 10:00-10:15 Тратак 10:15-12:00 Лекции 12:00-14:00 Обяд 14:30-16:00 Индивидуални занимания за усвояване на техники, за различни проблеми, аюрведични масажи 16:30-18:15 Практики за малки, големи и начинаещи (поотделно) 18:30-19:30 Вечеря 20:30-22:00 Обертоново пеене, медитации и релаксации
19 юли	7:00-8:30 Сутрешна йога практика 8:30 Закуска 10:00-11:45 Обобщение. Въпроси и отговори. Всички лектори 11:45-12:00 Снимки 12:00-13:00 Обяд Отпътуване Hurry Home :)