



UTAK ÖNMAGUNKHOZ

JÓGA- ÉS ÖNISMERETI TÁBOR

KISNYALKA MAJOR

2015. augusztus 26 - 30.

Szeretettel hívunk a gyönyörű **Pannonhalmi Tájvédelmi Körzet** határán található **Kisnyalka Majorba** egy nyár végi feltöltődésre.

Hagyományunkhoz híven, a célunk idén is: a tudatosítás, a kiegyensúlyozás, összekapcsolódás saját teremtő energiáinkkal, a derű és a játék megélése, **jóga**, különféle **önismereti technikák** és **kreatív művészeti tevékenységek** segítségével. A tábor ideje alatt kedvezményes **masszázs** is igénybe vehető.

FŐBB INFORMÁCIÓK:

[Kisnyalka Major \(térkép\):](#)

[Megközelítés:](#) Győr irányából.



Elhelyezés: 4 és 8 ágyas szobákban.

Ellátás: Napi háromszori húsmentes étkezés.

Érkezés: 26-án 9 órától.

Program kezdés: **26-án 11 óra.**

Program zárás: **30-án 15 óra.**

Részvételi díj: **59.000.-Ft.**

JELENTKEZÉS:

Jelentkezni a lenti elérhetőségeken lehet a létszám beteltéig, de legkésőbb **július 20-ig, 20.000 Ft** előleg befizetésével, készpénzben vagy átutalással. (Az utaláshoz szükséges adatokat a jelentkezést követően küldjük.)

Lemondási feltételek: július 20-a után az előleg 50%-át tudjuk csak visszafizetni.



EGYÉB TUDNIVALÓK, JAVASLATOK:

- Kérjük, hogy a jóga gyakorlatokhoz hozz magaddal egy polifoam-ot és egy könnyű takarót.
- Szükség lesz ezen kívül egy jegyzetfüzetre és írószerszámra.

SZERETETTEL VÁRUNK:

GÓTH ERZSÉBET és

pszichológus,

www.lelekkor.hu

(30) 970-93-33

gothertzsebet@gmail.com

KADERJÁK GYULA
rendszerterapeuta,

jógaoktató

www.csaladallit.hu

(20) 480-31-84

kader@webhome.hu