

SDRUŽENÍ UČITELŮ JÓGY ČR,

Z. S.

Shromáždění učitelů a cvičitelů jógy

pořádají

V sobotu 19.10. 2024 od 9:00 hod. do 14:00 hod. V objektu vodárenské věže.

Adresa: Vodárenská věž, na Výšinách 1000/1, Praha 7, Bubeneč.

Spojení MHD:

Metro A Hradčanská, tramvaj č. 1, zastávka Sparta, (1 zastávka), pak pěšky 350 metrů (4 minuty), Letenská vodárna.

Metro C Hlavní nádraží, tramvaj č. 26, zastávka Korunovační, (7 zastávek) pak pěšky 190 metrů (2 minuty) Letenská vodárna.

Metro B, Smíchovské nádraží, tramvaj č. 12, zastávka Sparta, (11 zastávek) pak pěšky 350 metrů (4 minuty), Letenská vodárna.

Hlavní program shromáždění

Téma: „Rehabilitační cvičení v józe“

Program:

9:00 - 9:30 hod. Prezence

9:30 - 12:00 hod. 1. část programu

12:00 - 12:30 hod. Polední přestávka

12:30 - 14:00 hod. 2. část programu

Lektor: Jiří Purkyt

O jógu jsem se zajímal již od dětství. V životě mě zásadně ovlivnila kniha André van Lysebetha. Od r. 1988 jsem začal cvičit hátha jógu pod vedením Leonarda Jagelky. Také knihy Míly a Eduarda Tomášových mě posunuly do duchovních rozměrů jógy a nastavily cestu dalšího rozvoje.

Před více než dvaceti lety jsem absolvoval kurz cvičitele jógy III. třídy.

Dlouhou dobu jsem sledoval odlišný životní styl "západního člověka" a z tohoto důvodu i jiné pohybové návyky, než u tradičního prostředí jógy v Indii. Toto mě vedlo k praktické otázce, jestli by se jóga západu neměla cvičit trochu jinak.

K rehabilitačnímu cvičení jsem se dostal v roce 2014 absolvováním uceleného výcviku cvičitel II. Třídy spirální stabilizace, zjednodušeně SM systém.

Vezměte si s sebou převlečení, obuv do tělocvičny, dále podložku na cvičení a členský průkaz.

Chcete-li na shromáždění cokoli **prodávat**, (možnost bude po skončení semináře nebo v průběhu polední přestávky) a to pouze po domluvě, e-mailem **vilhelmo vad(zavináč)centrum.cz** nebo na tel: **607 578 291**, předsedkyně - Dita Vilhelm.

Sdělování informací je možné pouze formou plakátů.

Po skončení akce je nutno všechny propagační a informační materiály z tělocvičny odstranit.

Pozvánky jsou posílány výhradně elektronickou formou.

Prezentace SUJ ČR - na internetu: <http://sujcr.cz>.

Prezentace vlastních akcí a aktivit na internetu: <http://sujcr.cz>, e-mail: **vilhelmo vad(zavináč)centrum.cz**, tel: **607 578 291**.

Členské poplatky, rok 2025:

Dospělí	600,- Kč na rok (dva semináře)
Senioři nad 65 let	400,- Kč na rok (dva semináře)
Senioři nad 75 let	200,- Kč na rok (dva semináře)
Hosté – za 1 seminář	600,- Kč

Upozornění:

Členské příspěvky upřednostňujeme platit na účet číslo: 1354494006/2700

Do textu uveďte jméno a příjmení.

Poplatky nečlenů na jednotlivé akce se budou platit pouze hotově!!!!!!! (nikoliv na účet).

Předseda

Dita Vilhelm

Členové výboru

M. Procházková, Z. Sládková, J. Purkyt, Č. Potoček