

# SDRUŽENÍ UČITELŮ JÓGY ČR, z. s.

## Shromáždění učitelů a cvičitelů jógy

pořádají

V sobotu 28.10. 2023 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 m (4 minuty), Letenská vodárna

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

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

## Hlavní program shromáždění

**Téma: „Jóga, smích a další vrozené způsoby, jak se uvolnit“**

### 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: MUDr. Karel Nešpor

V 16 letech jsem se zúčastnil semináře, který vedla americká jóginka českého původu paní Ossius. Udělala na mě velký dojem a bylo to osudové setkání. Ve 26 letech jsem navázal písemný kontakt s Bihárouskou školou jógy v severní Indii. Toto centrum jsem navštívil o mnoho let později, když to umožnily poměry. Ve 27 letech jsem nastoupil na rok a půl do jednoho ústavu akademie věd. Vedl ho akademik Dostálek a zabývali jsme se tam výzkumem jógy. Pak jsem přešel do Psychiatrické nemocnice Bohnice odhodlán vyléčit všechny závislosti jógou. Nebylo to tak jednoduché, jak jsem si představoval. I tak jsem v Bohnicích dosud, podotýkám, že dobrovolně. Pracuji tam nyní na malý úvazek jako emeritní primář. Věnuji se hlavně psychoterapii a jógu cvičím s pacienty dvakrát týdně. A pořád mě to baví.

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 **vilhelmovad(zavináč)centrum.cz** nebo na tel: **607 578 291** – předseda 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](http://sujcr.cz)

Prezentace vlastních akcí a aktivit na internetu: [http//sujcr.cz](http://sujcr.cz),  
e-mail: [vilhelmovad\(zavináč\)centrum.cz](mailto:vilhelmovad(zavináč)centrum.cz), telefon 607 578 291

### **Členské poplatky, rok 2023:**

Členové SUJ ČR	<b>350,- Kč</b> na rok
Členové senioři	<b>100,- Kč</b> na rok
Nečlenové za konkrétní akci	<b>450,- Kč</b>

### **Upozornění:**

**Členské příspěvky upřednostňujeme platit na účet číslo: 135 449 400 6/2700**

*Do textu uveďte jméno a příjmení,*

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

**Předseda**  
Dita Vilhelm

**Členové výboru**  
Martina Procházková, Jiří Purkyt, Čestmír Potoček, Zdenka Sládková