**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 cokoliv **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,**

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**: vilhelmovad(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).

**PředsedaČlenové výboru**

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