



Joga powięziowa – Bogumiła Moskwa

PROGRAM

Piątek 04.12.2026

15.00 - przyjazd i zakwaterowanie
17.00 - 18.30 sesja jogi powięziowej
18.30 - obiadokolacja
20.00 - medytacja/ ognisko

WILLA SFINKS
OSIEDLE JARZĘBATA 5, 43-360 WISŁA

Sobota 05.12.2026

08.00 - medytacja
08.30 - 10.00 sesja poranna/ poranny rozruch
10.00 - śniadanie – czas wolny
13.00 - lunch
13.30 - 15.00- joga powięziowa - w poszukiwaniu głębi odczuwania.
16.00 - 18.00 - warsztaty
18.30 - obiadokolacja
20.00 - medytacja/ koncert Dźwięki Sahary - Mustapha El Boudani – El Boudani Mus

Niedziela 06.12.2026

8.00 - medytacja
8.30 - 9.30 poranny rozruch
10.00 - śniadanie
11.30 - 13.30 Sesja warsztatowa joga integrująca
14.00 - lunch i spotkanie na zakończenie
15.30 - zakończenie pobytu

Cena 2100,00 zł brutto obejmuje - 2 noclegi w dużych, komfortowych pokojach z łazienkami (2-3 osobowych),
wyżywienie wegetariańskie (śniadanie, lunch, kolacja na ciepło, deser). Kawy, herbaty bez ograniczeń.

Program zajęć jogi, koncert, warsztaty.

Ubezpieczenie: NNW oraz obowiązkowe składki na TFG i TFP.

OŚWIADCZENIA I BEZPIECZEŃSTWO

1. Stan zdrowia i kondycja: uczestnik oświadcza, że jego stan zdrowia oraz kondycja fizyczna są odpowiednie do udziału w imprezie o powyższym charakterze.
2. Odpowiedzialność: uczestnik przyjmuje do wiadomości, że uczestniczy w imprezie na własną odpowiedzialność i jest zobowiązany do przestrzegania zasad bezpieczeństwa oraz poleceń lidera.
3. Zasady: uczestnik zobowiązuje się do przestrzegania regulaminu imprezy.

Cena nie zawiera:

- dojazdu na miejsce

WILLA SFINKS
OSIEDLE JARZĘBATA 5,
43-360 WISŁA