

Pozývame Vás na pravidelný workshop

## **Joga v rehabilitácii**

podľa Systému Joga v dennom živote®

**v sobotu 12. októbra 2024 od 9.00-12.00h**

pre lekárov – fyziatrov a fyzioterapeutov

*Lektor* : MUDr. R. Bednár, PhD., Ing. M. Maduda

*Prihlasovanie* : jogavrehabilitacii@gmail.com

*Kontakt* : 0918563821

*Miesto konania*: Kúpele Sliač, kúpeľný dom č. 2, 1. poschodie, veľká telocvičňa. Zaparkujte na parkovisku kúpeľov, potom cestička do kopca smerom hore držte sa vpravo, kde je kúpeľný dom č.2.

*Cena workshopu*: 8€

### **Program:**

9:00h – praktická časť- ***zostava jogových techník pri vertebrogénnych ťažkostiach (relaxácia, práca s dychom, ásany, zostava Bari Khatu Pranám, udžaji pránajáma)***

10:30h – teoretická časť- ***Ajurvéda a jej možnosti využitia v súčasnosti***, M. Maduda

12:00h – ukončenie

**Účasť je nutné potvrdiť prihláškou do rána 10. októbra!  
Prineste si so sebou športové oblečenie a karimatku !**

Miroslav Maduda je zakladateľ Školy ajurvédy na Slovensku, Slovenskej asociácie ajurvédy a Professional European Ayurvedic Center of Excellence.

Prihláška: viď nižšie

## **Vážení účastníci workshopu**

Dňa 12.10.2024 sa koná v ŠU Marína pokračovanie workshopu „ Joga v rehabilitácii“ podľa Systému Joga v dennom živote®. Prakticky si zacvičíme jogové techniky pri vertebrogénnych ochoreniach. V teoretickej časti sa tento krát budeme venovať Ajurvéde – tradičnej indickej medicíne v kontexte súčasného využitia.

Prihlasujte sa na mail: [jogavrehabilitacii@gmail.com](mailto:jogavrehabilitacii@gmail.com) alebo tel. : 0918563821. Do prihlášky uveďte meno, pracovisko, kontakt .

**Účasť je nutné potvrdiť prihláškou do rána 10. októbra !**

### **Prihláška**

Meno :

Priezvisko :

Pracovisko:

lekár/ fyzioterapeut

Telefonický kontakt:

Mailový kontakt: