

Plán aktivít Spoločnosti priateľov jogy v rokoch 2014/15

(Zmena programu vyhradená. Aktualizované 25.10.2014)

Verejné prednášky na témy súvisiace s jogou:

12. november 2014: prednáška „Jamy, nijamy, myseľ a zdravie“- multimediálna prezentácia (G.M. Timčák.). **Všetci učítelia SPJ, frekventanti kurzov SPJ aj záujemcovia sú vítaní. Vstupné dobrovoľné.**

Zápis na celoročné kurzy: každý septembrový piatok od 4.9.2015 od 16-18h na Kováčskej 16.

Zápis na špecializované kurzy: Prihlásiť sa môžete aj prostredníctvom formulárov na našom webe. **Zápis na špecializované kurzy (pranajama, meditačný, relaxačný, manažment stresu ...) je priebežný.**

Dni jogy SAJ a SPJ v Bratislave, 29./30. november 2014. Weekend bude venovaný savita joge. Je to zároveň akcia na **predĺženie kvalifikácie učiteľa jogy SAJ. Je to kurz vhodný aj pre tých, ktorí s jogou iba začínajú. Dňa 8.11. je 18. Bratislavský deň jogy.**

Weekendové kurzy holotrónneho a transformačného dýchania: holotrónne dýchanie 18.-19.4. 2015, Košice, 7/8. november .2015, Morava, vojta.joga@seznam.cz, apríl .2016 Karakal, Pražmo, kovaloval@seznam.cz

Kurz relaxácie – mesačný kurz relaxácie začne asi v 2. kvartáli 2015

Kurz meditácie – začne podľa počtu prihlásených v septembri o 19h na Kováčskej 16. Použite všeobecnú prihlášku na kurzy SPJ.

Predĺžené weekendové kurzy jogy: predvianočná intenzívna joga 4.-7.12.2014 a 3.-6. december 2015, Morávka, penzión u Přebrady ČR (lektori: Dugáček. Timčák); olga.palatova@seznam.cz

Kurzy Savita jogy: Bratislava 29/30. november 2014 (Dáša Petrová, pod.lipou@gmail.com); Praha asi 22./23.11.2014 (svitak.karin@o2active.cz). Košice: 4.kv. 2015

Letné SK kurzy jogy: 3.-9.8. 2015 Košická Belá, lektori: Timčák, Jablonská, Mišík, Sedláček + lektori pre deti: Z. Pirická + O. Kardoššová, (5-12r). Miesto: Košická Belá, hotel DAM, (pozri aj www.hoteldam.sk).

Kurz v maďarskom jazyku: 27.6.-3.7.2015 (www.jogatabor.hu); lektori G.Timčák, H.Klobušníková, K.Richter, Z.Semsey, I.Sedláček).

Zahraničné kurzy jogy 25.7.- 1.8. 2015 Troják pri Kopnej, ČR (lektori: G.M.Timčák, J.Jablonská, Тычиакова Т. А).

Prihlášky: V. Bernard, Čechova 39, 750 02 Přerov vojta.joga@seznam.cz

V auguste 2015 príde do SR jogín Ritodgata Mahasthita. Plánujeme jeho program aj v Košiciach. Kontakt: Ivo Sedláček, ivo@savita.cz

42. Kongres Európskej únie jogy “Ananda” (Ánanda) v Zinale (CH), 16.-21. august 2015. Informácie na: <http://www.euycongress.org/>. Je to zároveň akcia na **predĺženie kvalifikácie učiteľa jogy SAJ.** Účastníci získavajú certifikát o účasti od EUY. Ak máte záujem o účasť, prosím napíšte na timcak.gejza@atk.sk čo najskôr.

Moduly SAJ+SPJ kurzu učiteľov jogy: Pozrite www.saj.sk Podmienka prijatia: ukončená „4. trieda“ podľa starého systému vzdelávania alebo 2. triedy (podľa nového systému) a cvičebná prax.

Ďakujeme vopred všetkým, ktorí v roku 2014 **2%** svojej **dane**, ktorú odviedli štátu za r. 2013, venujú nám. Pomôže nám to pri začatej rekonštrukcii cvičebných priestorov – obnova vnútornej fasády domu + tepelná izolácia stien, rekonštrukcia cvičebných priestorov, publikačná činnosť ako aj zlepšenie služieb poskytovaných našim učiteľom a zlepšenie služieb vám všetkým. Naši sponzori získavajú možnosť až 25% zliav na našich podujatiach.

Na akcie sa môžete prihlásiť písomne na adresu : SPJ, Kováčska 16, 040 01 Košice, alebo na **e-mail:** spjke@netkosice.sk alebo na **telefónnom čísle:** 0905 489 363

Na **www.spj.saj.sk** nájdete novinky a program našich aktivít, pozvánky, prihlášky na akcie, ukážky kníh, zaujímavý **občasník „Joga pre každého“**.

Závazná prihláška na aktivity - zašlite vždy prosím čo najskôr, na vyššie uvedenú adresu

Na celoročné kurzy je prihláška na www.spj.saj.sk

Prihláška na aktivity SPJ¹	
Akcia:	
Meno	
Priezvisko	
Dátum narodenia	
Adresa	
Zamestnanie	
e-mail:	
Tel./fax:	
Koľko rokov cvičíte jogu, kde	
Ak máte záujem prihlásiť deti, vyplňte prosím aj túto časť:	Meno dieťa 1:
	Dátum narod.:
	Meno dieťa 2:
	Dátum narod.:
Dátum, podpis	

¹ Vyplňte len údaje relevantné pre dané podujatie

Súhlasím so správou, spracovaním a uchovávaním mojich osobných údajov v SPJ Košice. Poskytnutie údajov je dobrovoľné a bez dôsledkov s tým, že tieto údaje môžu byť použité pre evidenčné účely a pre databázu členov SPJ v zmysle Zák. 428/2002 Zb. Súhlas je daný na dobu neurčitú a podľa §20, ods.3 cit. Zák. je ho možné kedykoľvek písomne odvolať.

✕ _____

Objednávka tréningových pomôcok cena v € /ks

Názov	Cena/kus(€)	Počet objednaných kusov
Ásany – telesné polohy jogy , Timčák G.M., Dugáček D., Polášek M.	9	
Joga I. , Timčák G.M. a kol. (3. vydanie)	3,50	
Jóga 1 Timcsák G. (preklad do maďarčiny, druhé vydanie)	10	
Jóga 2 Timcsák G. (preklad do maďarčiny, druhé vydanie)	10	
Majstri jogy o Pravde a poznaní – preklad Górakšašátaky, Aparókšanubhúti a Sarvópanišad; komentár: Timčák G.M.	3	
Učebné materiály pre kurzy učiteľov jogy (zväzok I.-VI.) Timčák G.M. a kol. ²	40	
Bholeovský model prány a pranajámy nové - 3. vyd. –Timčák G.M.	2	
Krija joga – Timčák G.M.	2	
Gheranda Sanhita (preklad a komentár G.M. Timčák)	9	
Šatkarmy – Timčák G.M. (nové, doplnené vydanie)	3	
Mystická kontemplácia – Dojčár M.	8	
Súčet		
Poštovné a balné podľa váhy zásielky		

² Objednávajte iba ak ste učiteľ jogy alebo frekventant kurzu učiteľstva jogy. **Sú tam texty a preklady, ktoré inde nenájdete**

Cvičebná, meditačná a relaxačná hudba od Iva Sedláčka

Objednávka CD	cena v €/ks	Objednávka MC	cena v € /ks
Probuzení	12	The Heart - relaxácia špeciálne CD , hovorené slovo- G.Timčák - angičtina, hudba I. Sedláček	13
Do ticha noci	12	ÓM	12
Ukolébavka	12	The garden of peace	12
Barvy listí	12	Mystical Violin 2	12
Tanec na posvätné hoře	12	Inner Spaces	12
The Heart 2 –hovorené slovo G.Timčák, hudba I. Sedláček (slovenská verzia; magyar változat)	12	Ukolébavka	9
Mantry I.	12	Vasudeva	9
Mantry II.	12	Barvy listí	9
Mantry a spevy Gopala	12	The Heart – relaxácia, špeciálne MC, hovorené slovo- G.Timčák – slovenčina, hudba I. Sedláček	10
Vasudeva	12	The Heart – relaxácia, špeciálne MC, hovorené slovo - G.Timčák, magyar , hudba I. Sedláček	10
Zrcadlení	12		
Dýchanie do čakier	12		
Súčet Poštovné a balné podľa váhy zásielky			

Špeciálne cvičebné prostriedky

Pomôcka	Cena/ks (€)	Počet
Extra meditačné podušky „3 in 1“	35	
Meditačné podušky 2 veľkosti + pot'ah podľa výberu	15→18 +8	
Swing - pomôcka pre aero jogu	135	
Danda Fe (potravinárska nerez) *	2,8	
Danda Fe odpružená (potravin. nerez) *	23	
Danda Ag (pokovenie)*	9,7	
Danda Au (pokovenie) *	9,8	
Danda 2 Ag Ø 3mm*	82	
Ag Ø 4mm*	105	
Danda2 Au Ø3mm*	499	
Au Ø4mm*	707	
Sada 5 dánd s minerálnymi rezonátormi pre 5 prvkov*	173	
Súčet Poštovné a balné podľa váhy zásielky		

*Používanie je **nutné** si osvojiť na kurze šatkariem

2 Výrobná cena výrobcu v Brne, 14 karátové Au

Meno:	adresa:	dátum a podpis:

Pri väčších objednávkach poskytujeme množstevné zľavy.