

VÍKEND PRO MLADÉ (NEJEN NA TĚLE)



Kdy: od čtvrtka **7. 4. 2016** od večere v 18.00 do neděle **10. 4. 2016** do oběda včetně.

Kde: horské středisko **Eljon**, budova fary ve Špindlerově Mlýně č.p. 33.

GPS: 50°43'38.196"N, 15°36'43.218"E

Nekuřácká budova, vlastní parkoviště, rychlé WiFi zdarma.

Program - ranní dobrovolná rozcvička.

- 15 hodin přednášek a besed na téma skutečného zdraví:

principy trvale prospěšné stravy; strava a psychika – jak se vyhnout splínům, depresi, strachu, únavě; in nebo out aneb kouzlo jinakosti; komplexy, sebevědomí a smysl života; muž a žena, síla a krása z pohledu orientální medicíny; dospívání a dospělost; hledání pravdy o sobě a o světě; práce a zábava, intelekt a ego, studium, finanční toky, princip dobrých a zlých náhod; duchovní hledání a růst; štěstí, osud a karma; širší souvislosti stravy, duševní pohody, harmonických vztahů a zdraví na různých úrovních.

- večerní promítání, hraní na kytaru.

- denně otázky a odpovědi, recepty, osobní volno.

Lektor: Mgr. Jan Jícha, gelototerapeut, spisovatel, hudebník a vydavatel časopisu Zrnění.

Ubytování: k dispozici jsou 5x dvoulůžkový, 2x pětilůžkový a 1x šestilůžkový pokoj.

Stravování: plná penze (snídaně, oběd, dezert, večere, pitný režim). Vaříme z BIO potravin.

S sebou: otázky na lektora, psací pomůcky na mnoho poznámek a nápadů, volné oblečení z přírodního materiálu a karimatku na cvičení, oblečení na vycházky do hor, podle zájmu i oblečení na diskotéku (Špindl v noci žije!), dobrou náladu, hudební nástroje vítány.

Vhodné pro účastníky se základní orientací v tématu zdravého životního stylu, vegetariánství, makrobiotiky či trvalé udržitelnosti.

Cena pro 1 osobu: 2 700 Kč

Cena zahrnuje: výukový program, stravu, ubytování, parkovné.

Platba: celá částka na účet č. 1304088309 / 0800

Při platbě uveďte variabilní symbol – 33

specifický symbol – bude přidělen po přihlášení

Storno poplatek: do 7 dnů před začátkem setkání 50% ceny pobytu, poté 100% ceny pobytu.

Přihlášky: každý všední den od 8 do 14 hodin, Petr Erlebach, správce střediska Eljon

a) e-mailem: **info@eljon.cz**

b) telefonicky na **499 523 852**, mobil **732 580 154**

c) poštou na adrese: **Středisko Eljon, 543 51 Špindlerův Mlýn 33**

Více informací o středisku Eljon získáte na www.eljon.cz.
Po předchozí domluvě lze pobyt na Eljonu i o několik dnů prodloužit.