



Harmony for Body, Mind and Soul

JÓGA A MINDENNAPI ÉLETBEN HÉTVÉGE MAHAMANDESHWAR SWAMI VIVEKPURI VEZETÉSÉVEL

DEBRECEN – 2019. február 8-10.

JÓGA A MINDENNAPI ÉLETBEN BARÁTI KÖR
DEBRECEN, KÜLSŐVÁSÁRTÉR 3.

ÖRÖMMEL ÉRTESÍTÜNK JÓGA-PROGRAMUNKRÓL MAHAMANDESHWAR SWAMI VIVEKPURI VEZETÉSÉVEL, AMELYRE EZÚTON SZERETETTEL MEGHÍVUNK!

A program helye: Jóga a Mindennapi Életben Baráti Kör jógaközpont (Debrecen, Külsővásártér 3.)

A program ideje és menete: 2019. február 8. 18⁰⁰- február 10. kb. 12⁰⁰

- Érkezés és regisztráció: február 8-án (péntek) 16⁰⁰ órától a helyszínen; 19⁰⁰ -től előadás.
- 9-én (szombat) 7⁰⁰ - 21⁰⁰ -ig: egész napos jóga-program (ászana, pránájáma, jóga-nidra, meditáció, előadás, szatszang) 3 vegetárius étkezéssel.
- 10-én (vasárnap) 7⁰⁰ - kb. 12⁰⁰ -ig: délelőtti jóga-program reggelivel.

| KÖLTSÉG HOZZÁJÁRULÁS | február 1 -ig | február 1 után |
|--|---------------|----------------|
| Teljes program étkezéssel, szállás nélkül | 14 000 Ft | 16 000 Ft |
| Teljes program étkezéssel, 2 éjszakai szállással | 18 000Ft | 20 000 Ft |
| Félnapos program: szombat délelőtt (reggelivel); vagy szombat délután-este (vacsorával); vagy vasárnap délelőtt (reggelivel) | 6 000 Ft | 7 000 Ft |
| Szombati teljes program (3 étkezéssel) | 10 000 Ft | 12 000Ft |
| Péntek esti előadás | 3 000 Ft | 3 000 Ft |
| Gyermek kedvezmény: 6 éves kor alatt ingyenes, 6-14 éves korig a fenti árak 50% -a | | |

SZÁLLÁS

A GYÓRFFY ISTVÁN KOLLÉGIUMBAN 4 ÁGYAS SZOBÁKBAN (DEBRECEN, POSTAKERT U. 7.)

JELENTKEZÉS ÉS BEFIZETÉS

2019. február 1-ig (12:00) a ganga.hu oldalról letöltött és kitöltött, aláírt jelentkezési lapot és adatkezelési nyilatkozatot a költség hozzájárulás banki átutalását követően a ganga@ganga.hu e-mail címre kell elektronikusan eljuttatni. Debrecenben lehet személyesen is jelentkezni január 27-én a szatszang idején (17.00-19.00). Indokolt esetben a jelentkezés –a banki átutalást követően - történhet telefonon, e-mailen a szükséges adatok közlésével, ekkor a regisztráció idején kell aláírni a jelentkezési lapot és adatkezelési nyilatkozatot.

A költség hozzájárulást a következő számlára kérjük **utalni/befizetni**:

Számlaszám: **11600006-00000000-21172021, Erste Bank.** A megjegyzés rovatba kérjük beírni: „**adomány**”

A férőhelyek száma korlátozott. A részvételhez előzetes jelentkezés és befizetés szükséges, a befizetések beérkezésének sorrendjében töltjük fel a még szabad helyeket! A www.ganga.hu oldalon jelezzük amint a létszám betelt, ugyanitt olvasható a tervezett részletes program.

KÉRJÜK MEGÉRTÉSEDET A KÖVETKEZŐKHÖZ

Az előadásokról, programokról **képfelvételek** (film, video, fénykép stb.) és **hangfelvételek készítése, jegyzetek sokszorosítása, terjesztése nem engedélyezett!** (Kivéve a Nemzetközi Fellowship írásos engedélyével, amelyet előzetesen be kell mutatni a szervezőknek!)

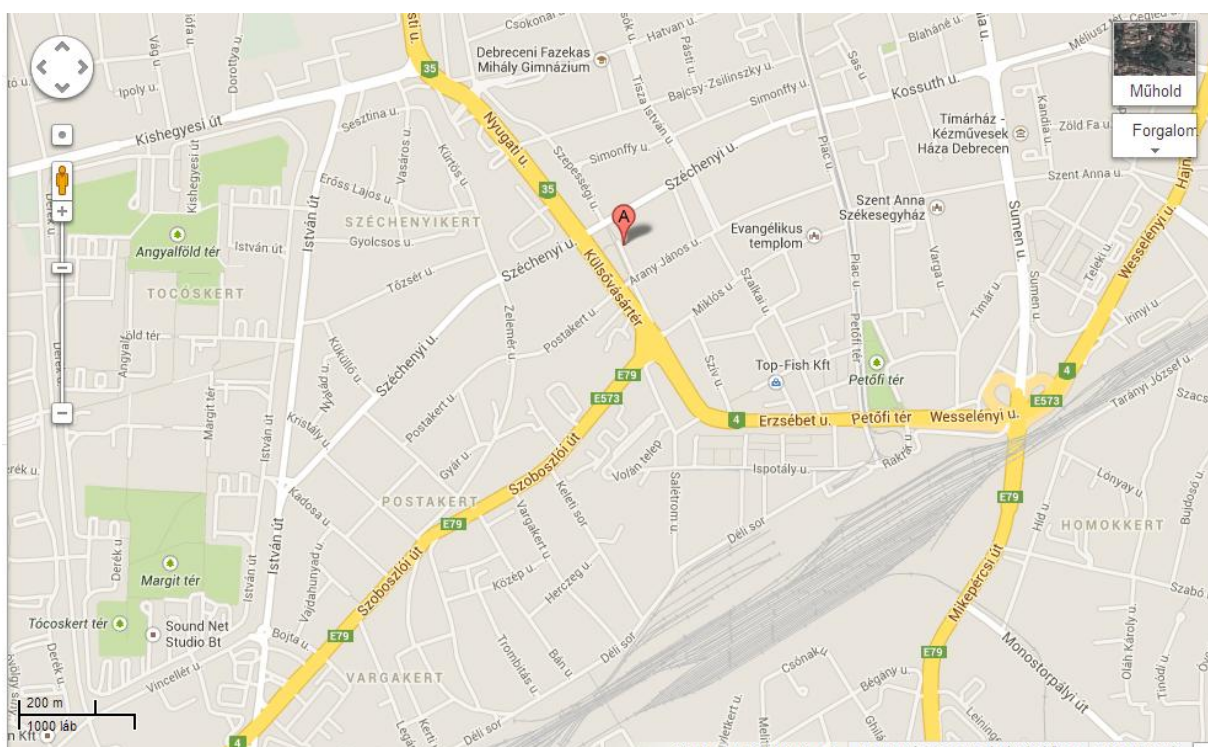
A jelentkezésével minden résztvevő beleegyezik, hogy a befizetéséből a költségek fedezése után fennmaradó összeget az Indiában futó „Jóga a mindennapi életben” humanitárius projektek támogatására ajánljuk fel.

A szervezők fenntartják a jogot a program egyes elemeinek megváltozásához, megcseréléséhez.

Lemondási feltételek: február 5-e utáni lemondás; meg-nem érkezés; később érkezés és/vagy hamarabb távozás; étkezés kihagyás esetén költség-hozzájárulást nem tudunk visszafizetni.

Szeretettel várunk a programon!
(kapcsolat: 20/467-2462 vagy 70/519-1609)

A helyszín elhelyezkedése és megközelíthetősége:



A gyakorlások helyszíne a Debreceni SZC Mechwart András Gépipari és Informatikai Szakgimnáziuma lesz (Debrecen, Széchenyi u. 58., az Ashrammal szemben, a padlástéri teremben), az előadások és étkezések az Ashramban lesznek (Külsővásártér 3. 11-12 az udvarban).

MÁV pályaudvarról

- a 2-es trolival (a Petőfi térről – lásd: térkép)

A távolsági buszpályaudvarról

- közvetlenül a pályaudvar mellett van az Ashram

Az autópályáról (Budapest és Miskolc felől)

- az autópálya végén Debrecen felé fordulva végig a Szoboszlói úton. Majd a Külsővásártér felé balra.

Szeged felől (47-es főútról és a repülőtérrel)

- A Mikepércsi úton végig, a vasúti felüljáró után a 2 lámpánál balra. A 4. lámpánál jobbra a Külsővásártér felé.

Nyíregyháza felől (4-es főút)

- A 4-es főúton végig. Az Erzsébet utca végén egyenesen a Külsővásártér felé. (lásd: térkép)

PARKOLÁS

Lehetőség szerint a Postakert utcán, ami nem fizetős. Az Ashram udvarában lévő limitált férőhelyeket szervezési célra tartjuk fenn!

Az Ashram előtti szervízúton is lehet parkolni, azonban ez fizetős (pénteken 18.00, szombaton 14.00 óráig).