



JOGA FESTIWAL

IX GÓRSKI MARATON JOGI w Wierchomli

DZIEŃ 1 niedziela – 22.08.2021

18:00 – 21:00 **Obiadokolacja**

RESTAURACJA TYSINA piętro I

Czynny do godz. 20:00 **Klub Wierchołka - opieka animatorek**

Klub Wierchołka, II piętro

15:00 – 20:00 **BIURO MARATONU** - rejestracja uczestników, zapisy na warsztaty tematyczne oraz wydanie pakietów startowych / **obok recepcji, przy klubie Kamieniołom, parter**

17:00 – 20:00 **Joga dla dzieci + animacje** – zajęcia poprowadzi **zbiórka przed Klubem Wierchołka, II piętro**

<p>17:00 – 18:30 Open Joga dla kręgosłupa grupa otwarta Hania Gryzińska Sala A, piętro I</p>	<p>17:00 – 18:30 Open Joga Funkcjonalna Kasia Enerlich Namiot</p>	<p>17:00 – 18:00 Grupa 1 max 8 osób Open Aerial Tatiana Potapowa Sala Obrad, piętro I</p>
<p>18:30 – 20:00 Open Joga dla wszystkich Wiktor Morgulec Sala A, piętro I</p>	<p>18:30 – 20:00 Open Joga Funkcjonalna Kasia Enerlich Namiot</p>	<p>18:30 – 20:00 Open Joga dla hormonalna grupa otwarta Hania Gryzińska SALA Obrad, piętro I</p>

20:30 - 21:00 **Sesje Lamp Kryształowych** – wprowadzenie, Elżbieta Schonfeld / Sala A, I piętro / Open

21:30 – 22:30 **Otwarcie Festiwalu – Wspólne ognisko, gitara i śpiew** – polana za hotelem

DZIEŃ 2 poniedziałek - 23.08.2021

7:00 – 8:00 **PORANNE OKLEPYWANKI** – zajęcia na pobudzenie poprowadzą Katarina Hellström & Maurizio Mazzetto _ BodyWork _ Namiot (proszę zabrać matę) / Open

7:00 – 8:30 Poziom 2 **Joga Hormonalna dla ćwiczących** – Hania Gryzińska Sala A

<p>8:30 – 10:00 Poziom 1 Joga początkujący Wiktor Morgulec</p> <p>Sala A, piętro I</p>	<p>8:30 – 10:00 Poziom 2 Joga Funkcjonalna</p> <p>Kasia Enerlich</p> <p>Namiot</p>	<p>9:00 – 10:00 Grupa 2 max 8 osób Open Aerial</p> <p>Tatiana Potapowa</p> <p>Sala Obrad, piętro I</p>
<p>10:00 – 11:30 Open Joga dla kręgosłupa grupa otwarta Hania Gryzińska</p> <p>Sala A, piętro I</p>	<p>10:00 – 11:30 Poziom 3 Joga Funkcjonalna</p> <p>Kasia Enerlich</p> <p>Namiot</p>	<p>10:00 – 11:30 Open Vinyasa Flow</p> <p>Tatiana Potapowa</p> <p>Sala Obrad</p>

10:30 – 12:00 **Śniadanie**

RESTAURACJA TYSINA I piętro

8:00 – 20:00 **Klub Wierchołka - opieka animatorek** Klub Wierchołka, II piętro

8:30 – 11:30 **Joga dla dzieci + animacje** – zajęcia poprowadzi Agnieszka Lasota
zbiórka przed Klubem Wierchołka, II piętro

11:00 - 13:00 **BIURO MARATONU** - rejestracja uczestników, zapisy na warsztaty tematyczne oraz wydanie pakietów startowych / **obok recepcji, przy klubie Kamieniołom, parter**

12:00 – 13:30 **Medytacja chrześcijańska. Od starożytnego doświadczenia Ojców Pustyni**

do mądrego życia dzisiaj – wykład poprowadzi Dariusz Hybel, nauczyciel medytacji z Ośrodka Medytacji Chrześcijańskiej w klasztorze benedyktynów w Lubiniu /Sala A, I piętro (proszę zabrać matę)/ Open

14:00 – 15:30 **Miednica- uzdrawianie seksualności - pokaz pracy z ciałem** – wykład/warsztat poprowadzą Katarina Hellström & Maurizio Mazzetto _ BodyWork Sala A, I piętro (proszę zabrać matę)/ Open

16:00 – 19:00 **Joga dla dzieci + animacje** – zajęcia poprowadzi
zbiórka przed Klubem Wierchołka, II piętro

<p>16:00 – 17:30 Poziom 1 Joga Funkcjonalna grupa otwarta Kasia Enerlich</p> <p>Namiot</p>	<p>16:00 – 17:30 Open Joga kręgosłupa grupa otwarta Hania Gryzińska</p> <p>Sala A</p>	<p>16:30 – 17:30 Grupa 3 max 8 osób Open Aerial Tatiana Potapowa</p> <p>Sala Obrad</p>
---	--	--

DZIEŃ 2 poniedziałek - 23.08.2021 cd.

<p>17:30 – 19:00 Poziom 2 Joga Funkcjonalna grupa otwarta Kasia Enerlich</p> <p>Namiot</p>	<p>17:30 – 19:00 Poziom 3 Joga dla ćwiczących Wiktor Morgulec</p> <p>Sala A</p>	<p>17:30 – 19:00 Poziom 1 Vinyasa Flow</p> <p>Tatiana Potapowa</p> <p>Sala Obrad</p>
---	--	---

18:00 – 20:00 **Obiadokolacja**

RESTAURACJA TYSINA I piętro

19:00 – 21:00 **Wyprawa do dawnej cerkwi na obserwację wylotu nietoperzy** z Babą z Gór _Zuzanną Długosz, zbiórka przed hotelem **_ATRAKCYJA DLA RODZIN Z DZIEĆMI I MŁODZIEŻY**

20:00 - 21:00 **Medytacja chrześcijańska – praktyka poprzedzona wprowadzeniem (Rola ciała, oddechu, słowa. Obecność)** – praktyka, spotkanie poprowadzi Dariusz Hybel, nauczyciel medytacji z Ośrodka Medytacji Chrześcijańskiej w klasztorze benedyktynów w Lubiniu _ Namiot, (proszę zabrać matę, koc lub poduszkę) / Grupa I 30 os

21:00 – 22:00 **Medytacja chrześcijańska – praktyka poprzedzona wprowadzeniem (Rola ciała, oddechu, słowa. Obecność)** – praktyka, spotkanie poprowadzi Dariusz Hybel, nauczyciel medytacji z Ośrodka Medytacji Chrześcijańskiej w klasztorze benedyktynów w Lubiniu _ Namiot, (proszę zabrać matę, koc lub poduszkę) / Grupa II 30 os

DZIEŃ 3 wtorek - 24.08.2021

7:00 – 8:00 **PORANNE OKLEPYWANKI** – zajęcia na pobudzenie poprowadzą Katarina Hellström & Maurizio Mazzetto _ BodyWork_ Namiot (proszę zabrać matę) / OPEN

7:00 – 8:30 Poziom 3 **Joga Funkcjonalna** – Kasia Enerlich

Sala A, I piętro

<p>8:30 – 10:00 Poziom 2 Joga dla ćwiczących Wiktor Morgulec</p> <p>Sala A</p>	<p>8:30 – 10:00 Open Joga Hormonalna Hania Gryzińska</p> <p>Namiot</p>	<p>9:00 – 10:00 Grupa 4 max 8 osób Open Aerial Tatiana Potapowa</p> <p>Sala Obrad</p>
<p>10:00 – 11:30 Open Joga funkcjonalna Kasia Enerlich</p> <p>Sala A</p>	<p>10:00 – 11:30 Open Joga kręgosłupa Hania Gryzińska</p> <p>Namiot</p>	<p>10:30 – 11:30 Grupa 5 max 8 osób Open Aerial Tatiana Potapowa</p> <p>Sala Obrad</p>

10:30 – 12:00 **Śniadanie**

RESTAURACJA TYSINA I piętro

DZIEŃ 3 wtorek - 24.08.2021 cd.

8:00 – 20:00 **Klub Wierchołka - opieka animatorek**

Klub Wierchołka, II piętro

8:30 – 11:30 **Joga dla dzieci + animacje** – zajęcia poprowadzi Agnieszka Lasota / **zbiórka przed Klubem Wierchołka, II piętro**

12:00 – 13:30 **Kinezylogia: ciało - emocje – energetyka** wykład poprowadzi lek. med. Dorota Kalwajt _Sala A , I piętro (**proszę zabrać matę**)

14:00 – 15:30 **Wstęp do Nonviolent Communication (Porozumienie bez przemocy)** – wykład poprowadzi Anna Mills, założycielka Akademii NVC_Sala A, I piętro (**proszę zabrać matę**)/ Open

16:00 – 18:00 **ZIEMIA I Ogień: CERAMICZNE EKSPLOKACJE** – zajęcia dla dzieci poprowadzi Marta Katyńska, artystka rękodzieła artystycznego_ **zbiórka przed hotelem Grupa 25 osób**

18:00 – 19:00 **Joga dla dzieci + animacje** – zajęcia poprowadzi
zbiórka przed Klubem Wierchołka, II piętro

16:00 – 17:30 Poziom 1 Joga Funkcjonalna Kasia Enerlich Sala A	16:00 – 17:00 Grupa 6 max 8 osób Open Aerial Tatiana Potapowa Sala Obrad	16:00 – 17:30 Open Joga Hormonalna Hania Gryzińska Namiot
17:30 – 19:00 Poziom 3 Joga dla ćwiczących Wiktor Morgulec Sala A	17:00 – 18:00 Grupa 7 max 8 osób Open Aerial Tatiana Potapowa Sala Obrad	17:30 – 19:00 Open Joga kręgosłupa grupa otwarta Hania Gryzińska Namiot

19:00 – 21:00 **Obiadokolacja**

RESTAURACJA TYSINA I piętro

18:00 – 20:00 **Medytacja ZEN** praktyka, spotkanie poprowadzi Szymon Olbrychowski, nauczyciel medytacji ZEN_ **Namiot (proszę zabrać matę, koc lub poduszkę) / Grupa I - 30 os**

20:00 – 22:00 **Medytacja ZEN** praktyka, spotkanie poprowadzi Szymon Olbrychowski, nauczyciel medytacji ZEN_ **Namiot (proszę zabrać matę, koc lub poduszkę) / Grupa II - 30 os**

22:00 – 24:00 **Wieczór z góralską z kapelą Howerna** Taras przy restauracji Tysina

DZIEŃ 4 środa - 25.08.2021

7:00 – 8:00 **PORANNE OKLEPYWANKI** – zajęcia na pobudzenie poprowadzą Katarina Hellström & Maurizio Mazzetto _ BodyWork _ **Namiot (proszę zabrać matę) / OPEN**

8:30 – 10:00 Poziom 1 Joga dla początkujących Wiktor Morgulec Sala A	8:30 – 10:00 Poziom 2 Joga funkcjonalna Kasia Enerlich Namiot	9:00 – 10:00 Grupa 8 max 8 osób Open Aerial Tatiana Potapowa Sala Obrad
---	--	---

10:00 – 11:30 Open Joga dla kręgosłupa grupa otwarta Hania Gryzińska Sala A	10:30 – 11:30 Yoga Family, czyli ćwiczenia dla rodziców i dzieci Agnieszka Lasota Namiot	10:00 – 11:30 Poziom 3 Vinyasa Flow Tatiana Potapowa Sala Obrad
--	--	--

10:30 – 12:00 **Śniadanie****RESTAURACJA TYSINA piętro I**8:00 – 20:00 **Klub Wierchołka - opieka animatorek****Klub Wierchołka, II piętro**8:30 – 10:30 **Joga dla dzieci + animacje** – zajęcia poprowadzi Agnieszka Lasota
zbiórka przed Klubem Wierchołka, II piętro9:00 – 18:00 **ZAPRASZAMY DO STREFY WYSTAWCÓW**, będą z nami: Sklep Joga-Joga, Majru – Natural Cosmetics, Pozdrowie24.pl, NOMAK, Soap Workshop, Shamasa, Henniarka, Deva, Stoisko z żywnością ekologiczną i kiszonkami, Las Szamana, Bijoux KK, Alchemia Lasu**WARSZTATY**

11:00-12:30 Test mięśniowy – rozmowa z ciałem na co dzień lek. med. Dorota Kalwajt Grupa I max. 50 osób_Namiot (proszę zabrać matę)	11:00 – 12:30 Uważne słuchanie innych, rozumienie własnych uczuć i potrzeb jako droga do rozwiązywania konfliktów w oparciu o NVC Anna Mills Grupa I max. 30 osób_Sala A (proszę zabrać matę)	11:00 – 12:30 Henna – mehendi i farbowanie włosów Ilona Dembowska Grupa I max. 30 osób_Sala Obrad (proszę zabrać matę)
12:30-14:00 Test mięśniowy – rozmowa z ciałem na co dzień lek. med. Dorota Kalwajt Grupa II max. 50 osób_Namiot (proszę zabrać matę)	12:30-14:00 Uważne słuchanie innych, rozumienie własnych uczuć i potrzeb jako droga do rozwiązywania konfliktów w oparciu o NVC Anna Mills Grupa II max. 30 osób_Sala A (proszę zabrać matę)	12:30-14:00 Henna – mehendi i farbowanie włosów Ilona Dembowska Grupa II max. 30 osób_Sala Obrad (proszę zabrać matę)
14:00-15:30 Test mięśniowy – rozmowa z ciałem na co dzień lek. med. Dorota Kalwajt	14:00-15:30 Uważne słuchanie innych, rozumienie własnych uczuć i potrzeb jako droga do	14:00-15:30 Henna – mehendi i farbowanie włosów Ilona Dembowska

Grupa III max. 50 osób_Namiot (proszę zabrać matę)	<i>rozwiązywania konfliktów w oparciu o NVC</i> Anna Mills Grupa III max. 30 osób_Sala A (proszę zabrać matę)	Grupa III max. 30 osób_Sala Obrad (proszę zabrać matę)
--	---	--

16:00 – 18:00 **ZIEMIA I OGIEN: CERAMICZNE EKSPLOKACJE** – zajęcia dla dzieci poprowadzi Marta Katyńska, artystka rękodzieła artystycznego_ **zbiórka przed hotelem Grupa 25 osób**

18:00 – 19:00 **Joga dla dzieci + animacje** – zajęcia poprowadzi
zbiórka przed Klubem Wierchołka, II piętro

16:00 – 17:30 Open Joga kręgosłupa Hania Gruzińska Sala A	16:00 – 17:30 Open Acro Open Michał Kudzia Namiot	16:00 – 17:30 Open Joga Funkcjonalna Kasia Enerlich Boisko wielofunkcyjne, przed ***Hotelem Wierchomla SKI&SPA Resort
17:30 – 19:00 Poziom 3 Joga dla ćwiczących Wiktor Morgulec Sala A	17:30 – 19:00 Open Acro Open Michał Kudzia Namiot	17:30 – 19:00 Poziom 1 Joga Funkcjonalna Kasia Enerlich Boisko wielofunkcyjne, przed ***Hotelem Wierchomla SKI&SPA Resort

18:00 – 20:00 **Obiadokolacja** **RESTAURACJA TYSINA I piętro**

19:30 – 21:30 **AROMATERAPIA - możliwości oddziaływania na sferę fizyczną i psychoemocjonalną człowieka** - wykład z elementami warsztatu poprowadzi Jakub Dorosz_ Sala A / Open

21:30 **LATINO Before Party** z Karoliną Wójcik
DYSKOTEKA w Klubie Kamieniołom/ parter obok recepcji

DZIEŃ 5 czwartek - 26.08.2021

7:00 – 8:30 Poziom 3

Vinyasa joga dla ćwiczących - Michał Kudzia

Namiot

<p>8:30 – 10:00 Poziom 2 Joga dla ćwiczących Wiktor Morgulec</p> <p>Sala A</p>	<p>8:30 – 10:00 Poziom 1 Vinyasa joga dla początkujących Michał Kudzia Namiot</p>	<p>9:00 – 10:00 Grupa 9 max 8 osób Open Aerial Anna Ryczek</p> <p>Sala Obrad</p>
---	--	--

<p>10:00 – 11:30 Open Joga dla kręgosłupa grupa otwarta Hania Gryzińska</p> <p>Sala A</p>	<p>10:30 – 11:30 Yoga Family, czyli ćwiczenia dla rodziców i dzieci Agnieszka Lasota</p> <p>Namiot</p>	<p>10:30 – 11:30 Open Zajęcia oddechowe metodą Butejki</p> <p>Anna Ryczek</p> <p>Sala Obrad</p>
--	---	--

10:30 – 12:00 **Śniadanie**

RESTAURACJA TYSINA I piętro

8:00 – 20:00 **Klub Wierchołka - opieka animatorek**

Klub Wierchołka, II piętro

8:30 – 10:30 **Joga dla dzieci + animacje** – zajęcia poprowadzi Agnieszka Lasota
zbiórka przed Klubem Wierchołka, II piętro

9:00 – 18:00 **ZAPRASZAMY DO STREFY WYSTAWCÓW**, będą z nami: Sklep Joga-Joga, Majru – Natural Cosmetics, Pozdrowie24.pl, NOMAK, Soap Workshop, Shamasa, Henniarka, Deva, Stoisko z żywnością ekologiczną i kiszonkami, Las Szamana, Bijoux KK, Alchemia Lasu

12:00 – 13:30 **ZDROWIE Z WŁASNEGO OGRODU – NATURALNE UPRAWY OWOCÓW, ZIÓŁ I WARZYW. HORTITERAPIA**- wykład poprowadzi Aldona Rogowska_ Sala A / OPEN

14:00 – 17:00 **TRADYCYJNA MEDYCYNA CHIŃSKA - skuteczna alternatywa na obecny czas** wykład z elementami warsztatu poprowadzi Jakub Dorosz _ Sala A / OPEN

16:00 – 19:00 **Joga dla dzieci + animacje** – zajęcia poprowadzi
zbiórka przed Klubem Wierchołka, II piętro

DZIEŃ 5 czwartek - 26.08.2021 cd.

<p>17:00 – 18:00 Grupa 10 max 8 osób</p>	<p>17:00 – 18:30 Open</p>	<p>17:00 – 18:30 Open</p>
---	-------------------------------	-------------------------------

Open Aerial Anna Ryczek Sala Obrad	Acro Open Michał Kudzia Namiot	Joga Hormonalna Hania Gryzińska Sala A
18:30 – 19:30 Grupa 11 max 8 osób Open Aerial Anna Ryczek Sala Obrad	18:30 – 20:00 Poziom 2 Joga Funkcjonalna Kasia Enerlich Namiot	18:30 – 20:00 Poziom 3 Joga dla ćwiczących Wiktor Morgulec Sala A

18:00 – 20:30 **Obiadokolacja**

RESTAURACJA TYSINA I piętro

20:30 – 21:30 **PREZENTACJA PRZYBLIŻAJĄCA ŚCIEŻKĘ MEDITACJI VIPASSANA** poprowadzi Jurek Ambroszczyk_ Sala A / OPEN

21:45 **KONCERT NA GONGI I MISY**, proszę zabrać matę, ew. koc, poduszkę
Sala A+B

DZIEŃ 6 piątek- 27.08.2021

7:00 – 8:30 Poziom 3
7:00 – 8:30 OPEN

Maha Joga – Włodzimierz Łagodzki
Zajęcia oddechowe metodą Butejki – Ania Ryczek

Sala A I piętro
Sala Obrad

8:30 – 10:00 Poziom 2 Joga dla ćwiczących Wiktor Morgulec Sala A	8:30 – 10:00 Poziom 1 Joga Funkcjonalna Katarzyna Enerlich Namiot	9:00 – 10:00 Grupa 12 max 8 osób Open Aerial Anna Ryczek Sala Obrad
10:00 – 11:30 Poziom 1 Maha Joga Włodzimierz Łagodzki Sala A	10:00 – 11:30 OPEN Joga kręgosłupa Hania Gryzińska Namiot	10:30 – 11:30 Grupa 13 max 8 osób Open Aerial Anna Ryczek Sala Obrad

10:30 – 12:00 **Śniadanie**

RESTAURACJA TYSINA I piętro

8:00 – 20:00 **Klub Wierchołka - opieka animatorek**

Klub Wierchołka, II piętro

8:30 – 11:30 **Joga dla dzieci + animacje** – zajęcia poprowadzi Agnieszka Lasota
zbiórka przed Klubem Wierchołka, II piętro

9:00 – 18:00 **ZAPRASZAMY DO STREFY WYSTAWCÓW**, będą z nami: Sklep Joga-Joga, Majru – Natural Cosmetics, Pozdrowie24.pl, NOMAK, Soap Workshop, Shamasa, Henniarka, Deva, Stoisko z żywnością ekologiczną i kiszonkami, Las Szamana, Bijoux KK, Alchemia Lasu

12:30 – 13:30 Warsztat zielarstwa Poprowadzą Nina i Damian Bojarscy_ Zdrowi z Natury grupa I max. 30 os./ zajęcia w plenerze	12:30 – 13:30 Yogatractive – pokaz naturalnego anti-agingu twarzy Poprowadzi autorka metody Olga Szemley / grupa I max. 50 os./ proszę zabrać matę Namiot
13:30 – 14:30 Warsztat zielarstwa Poprowadzą Nina i Damian Bojarscy_ Zdrowi z Natury grupa II max. 30 os./ zajęcia w plenerze	13:30 – 14:30 Yogatractive – pokaz naturalnego anti-agingu twarzy Poprowadzi autorka metody Olga Szemley / grupa II max. 50 os./ proszę zabrać matę Namiot
14:30 – 15:30 Warsztat zielarstwa Poprowadzą Nina i Damian Bojarscy_ Zdrowi z Natury grupa III max. 30 os./ zajęcia w plenerze	14:30 – 15:30 Yogatractive – pokaz naturalnego anti-agingu twarzy Poprowadzi autorka metody Olga Szemley / grupa III max. 50 os./ proszę zabrać matę Namiot

DZIEŃ 6 piątek- 27.08.2021 cd.

16:00 – 19:00 **Joga dla dzieci + animacje** – zajęcia poprowadzi
zbiórka przed Klubem Wierchołka, II piętro

16:00 – 17:30 Open Grupa 14 max 8 osób	16:00 – 17:30 Open Acro Open	16:00 – 17:30 Poziom 2 Maha Joga
---	---	---

Open Aerial Anna Ryczek Sala Obrad	Michał Kudzia Namiot	Włodzimierz Łagodzki Sala A
17:30 – 19:00 Open Grupa 15 max 8 osób Open Aerial Anna Ryczek Sala Obrad	17:30 – 19:00 Poziom 2 Vinyasa joga Michał Kudzia Namiot	17:30 – 19:00 Poziom 3 Joga dla ćwiczących Wiktor Morgulec Sala A

18:00 – 20:00 **Obiadokolacja**

RESTAURACJA TYSINA I piętro

19:30 – 21:00 Grupa I **KONCERT NA GONGI I MISY**, proszę zabrać matę, ew. koc, poduszkę
Sala A+B

21:00 – 22:30 Grupa II **KONCERT NA GONGI I MISY**, proszę zabrać matę, ew. koc, poduszkę
Sala A+B

DZIEŃ 7 sobota – 28.08.2021

9:00 – 11:00

Śniadanie

RESTAURACJA TYSINA I piętro

8:00 – 9:30 Open Maha Joga grupa otwarta Włodzimierz Łagodzki Sala A	8:00 – 9:30 Maraton Jogi – Przygotowanie Wiktor Morgulec Boisko wielofunkcyjne, przed ***Hotelem Wierchomla SKI&SPA Resort	8:00 – 9:30 Open Grupa 16 max 8 osób Aerial Joga Ania Ryczek Sala Obrad
--	---	---

8:00 – 9:30 **Joga dla dzieci** – Agnieszka Lasota **zbiórka przed Klubem Wierchołka, II piętro**

8:00 – 20:00 **Klub Wierchołka - opieka animatorek**

Klub Wierchołka, II piętro

11:00-14:00 PARK LINOWY przeznaczony jest dla osób o wzroście min. 145 cm. Warunkiem korzystania z atrakcji jest wypełnienie oraz podpisanie wymaganych oświadczeń. Oświadczenia dostępne są u instruktora parku linowego.

14:00 „108 POWITAŃ SŁOŃCA” – IX Górski Maraton Jogi na górze wyciągu Wierchomla
oraz krótki koncert relaksacyjny po zakończeniu maratonu w wykonaniu Adama Lisa

Wjazd kolejką Wierchomla I ok. 25 min., szczyt stoku Wierchomla, prosimy o przybycie 10 minut przed rozpoczęciem maratonu - KUPONY NA WJAZD WYCIĄGIEM OTRZYMANE Z PAKIETEM STARTOWYM NALEŻY WYMIENIĆ W KASIE NA BILET

ZAPRASZAMY NA CEREMONIĘ KAKAO, którą poprowadzi **Wojtek Ewer**. Ceremonialne Kakao jest przepiękną medycyną serca, pijąc je w sposób intencjonalny jesteśmy w stanie skontaktować się z naszą prawdziwą naturą. Ceremonii towarzyszy muzyka grana na żywo, Handpan, bębny, misy tybetańskie, dzwonki Koshi

19:00 VEGE GRILL, wspólny posiłek vege z udziałem gości specjalnych – Restauracja pod Wyciągiem _ bydynek główny Stacji Narciarskiej Wierchomla

Impreza na zakończenie z EWER AFRO SELEKTA w Restauracji pod Wyciągiem _ bydynek główny Stacji Narciarskiej Wierchomla

DZIEŃ 8 niedziela - 29.08.2021

10:30 – 12:00 **Śniadanie**

RESTAURACJA TYSINA piętro I

8:00 **Klub Wierchołka - opieka animatorek**

Klub Wierchołka, II piętro

8:00 – 9:30 Open Maha Joga grupa otwarta Włodzimierz Łagodzki Sala A	8:00 – 9:30 Open Joga kręgosłupa Hania Gryzińska Namiot	
---	--	--

<p>9:30 – 11:00 Open Maha Joga grupa otwarta Włodzimierz Łagodzki Sala A</p>	<p>9:30 – 11:00 Open Vinyasa Joga Michał Kudzia Namiot</p>	

8:00 – 11:00 **Joga dla dzieci kreatywnie** – Agnieszka Lasota **zbiórka przed Klubem**
Wierchołka, II piętro

12:00 **ZAKOŃCZENIE DOBY HOTELOWEJ**