

Pro všechny příznivkyně zdravého životního stylu  
jsme připravili jarní prodloužený relaxační

## **VÍKEND PRO ŽENY**

v termínu od 2. - 5. dubna 2020



**začátek ve čtvrtek večer v 18:00, konec v neděli obědem ve 12:00**

**místo konání:** Orlické Hory, Kounov - chata Roubenka- víceúčelové zařízení firmy Sunfood Václava Mervarta, foto chalupy: <http://www.e-sunfood.cz/kurzy-a-rekreacni-pobyty>

**Konečná cena kurzu: 4.970,-** zahrnuje ubytování ve velmi pěkných dřevěných 2-3 lůžkových pokojích se sociálním zařízením na patře a v přízemí, 3x denně makrobiotickou stravu z bio potravin včetně dezertu, nápoj čaj a káva v ceně

**Program:** ranní cvičení, dopolední témata – jarní pusty, posílení imunity, jarní vaření pro celou rodinu, řešení ženských potíží s využitím léčebného cvičení Zhineng Qi Gong , odpolední cvičení pro posílení ženské energie, (v případě příznivého počasí vycházka do Deštné v O.H.), večer přednášky na zvolená témata, masáže a hlavně odpočinek a relaxace. Na tomto setkání získáte spoustu informací, které v knihách nenajdete. Na místě je možné zakoupit makrobiotické potraviny, knihy a doplňky.

### **Setkání vede:**

**Ing. Dagmar Lužná** - akreditovaná poradkyně pro makrobiotickou výživu a zdravý životní styl, autorka knih Makrobiotické nedělní vaření s DVD, Vaříme pro děti podle MB zásad a nejen pro ně s DVD, Kouzlo kvásku a spoluautorka knih Makrobiotický léčebný talíř I a II a spoluautorka nové knihy Makrobiotické dobroty babiček Dáši a Světlany

### **Přihlášky:**

1. Informujte se o volných místech a nahlaste se (telefonicky nebo e-mailem)

Kontaktní osoba: **DAGMAR LUŽNÁ**

mobil **602 545 523**, e-mail: [jecminek@raz-dva.cz](mailto:jecminek@raz-dva.cz)

2. Pošlete zálohu nejpozději do 10. března 2020 (doplatek na místě, záloha je nevratná)

**2.000 Kč/osobu** na účet **FIO BANKA2000763920/2010 VS: 25042020**

(do zprávy příjemce uveďte vždy jméno plátce)

**Upozorňujeme, že počet míst je omezen.**

**AKCEPTACE PŘIHLÁŠKY JE PODMÍNĚNA UHRAZENÍM ZÁLOHY ZA POBYT**

**Po uhrazení zálohy na účet a přihlášení Vám zašleme zvací dopis s podrobnými informacemi. Těšíme se na Vás!**