Powerjóga turné 2011 s Václavem Krejčíkem odstartovalo!

Relax pro duši i těloPowerjóga turné s Václavem Krejčíkem odstartovalo! Zkuste se v dnešní uspěchané době na chvíli zastavit a udělat si čas na uvolnění těla a mysli. Ideální příležitostí může být dev...

Relax pro duši i těloPowerjóga turné s Václavem Krejčíkem odstartovalo!

Zkuste se v dnešní uspěchané době na chvíli zastavit a udělat si čas na uvolnění těla a mysli. Ideální příležitostí může být devátý ročník Powerjógy turné s Václavem Krejčíkem, které právě odstartovalo v celé ČR a rovněž na Slovensku. Čeká na vás dvouhodinový, nebo čtyřhodinový blok vinyasa flow powerjógy a wellness jógy a můžete okusit krásu uvolnění a relaxace.

„Kromě cvičení powerjógy a wellness jógy se účastníci seznámí s dalšími tajemstvími jógy. Diskuse zaměřená na zdravý způsob stravování, principy uvolnění a meditace propojují celý koncept turné zaměřeného na zdravý životní styl a powerjógu," upřesňuje autor projektu a lektor v jedné osobě Václav Krejčík.

Powerjóga turné s Václavem Krejčíkem letos odstartovalo ve Vsetíně a v Praze. Těmito úvodními městy začala velká prezentace zdravého životního stylu a powerjógy po celé České a Slovenské republice. Více informací a přihlášky na www.jogadnes.cz .

„Každé ráno, když v brzkých ranních hodinách vyjíždím z domu, abych se například za tři až čtyři hodiny postavil na pódium ve vašem městě, si říkám, kam zase jedu a jak bych spal. Pak přijde okamžik, když už stojím na pódiu a začínám program. Mé ranní stavy se hned vytrácejí a cítím se jako doma. Mám radost z toho, že mohu předávat své nadšení pro powerjógu, a když vidím, že powerjóga dělá lidem dobře, o to víc mě to těší a hřeje. Každé takovéto setkání je pro mě důležité, protože si velice cením lidí, kteří se umějí zastavit a věnují čas sami sobě!" prozradil své takřka rituální stavy Václav Krejčík.

Jarní termíny turné a místa dalších akcí

Česká republika 28. 4. 2011 Louny 29. 4. 2011 Rumburk 30. 4. 2011 Hradec Králové 1. 5. 2011 Plzeň 21. 5. 2011 Tábor

Slovensko12. 5. 2011 Žilina 13. 5. 2011 Bánská Bystrica 14. 5. 2011 Piešťany - KONGRES15. 5. 2011 Nitra 16. 5. 2011 Trnava V rámci programu mohou účastníci navíc vyhrát v tombole zajímavé ceny, jako například kosmetické balíčky Mary Kay, eko lahve SIGG, dárkové poukazy na vzdělávací programy Body Mind Spirit Academy, atd. Navíc každý z účastníků při vstupu získá svačinku v podobě balíčeku celozrnných sušenek Ego Cereál.

Václav Krejčík, mistr republiky ve sportovním aerobiku 1993, je úspěšným propagátorem zdravého životního stylu a zakladatel Power Yogy Akademie. Powerjóga se v českém fitness objevila v roce 2002. Je to cvičební systém určený pro nejširší veřejnost, která chce cvičit, formovat svoji postavu a relaxovat aktivním způsobem. V současné době je powerjóga rozšířena v celé České republice. Lidé mohou cvičit ve sportovních centrech, ale i doma s DVD a knihami.