

Potrebuješ odmik od vsakdana?

Opustitev rutine in obveznosti?

Počitek, vrnitev k sebi?

Jogijski oddih v Ankaranu

**IZBEREM SEBE**

**14.3.- 16.3.2025**

Čaka te vikend, ko se boš lahko popolnoma posvetil/a sebi, čas za sprostitev, umiritev, dobro počutje ter globlji stik s sabo. Vikend, kjer boš resetiral/a svoje telo in duha in na novo napolnil/a svoje baterije.

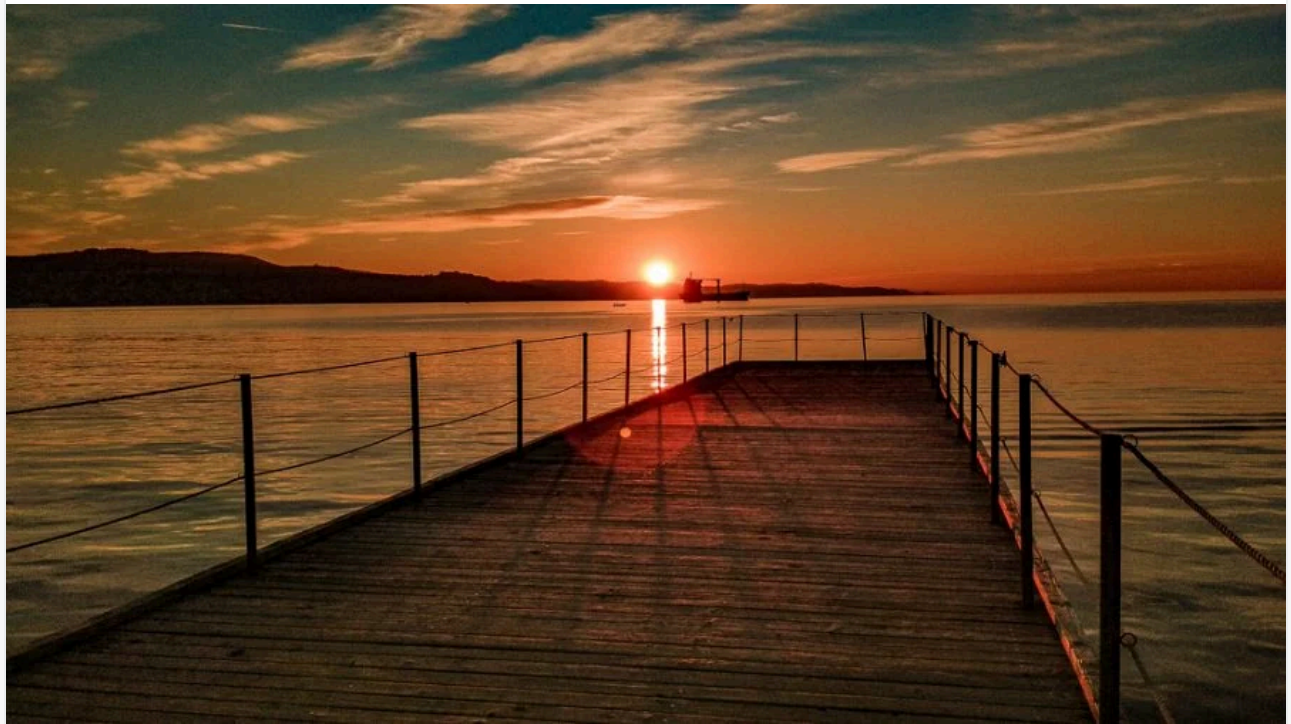
Zamisli si, kako te sončni žarki nežno objemajo, medtem ko se ob morju prepustiš čarobnim dotikom narave. Ob zvoku valov se tvoja duša sprošča, srce pa se polni s toplino in svetlobo, ki te obdaja. To bo tvoj čas za razvajanje, z veliko pozitivne energije.

Skupaj bomo ustvarili varen prostor, kjer se boš počutil/a sprejet/o in slišan/o. Čaka te brezskrben vikend sprostitev, dobre družbe in nepozabnih doživetij.

Preko jogijske prakse, dihalnih in sprostitvenih tehnik, vodene meditacije, sprehodov, plesa, boš ponovno začutil/a sebe, odvrgetel/la bremena in se napolnil/a s svežo energijo.

### **Zakaj vikend IZBEREM SEBE?**

- odklopil/a se boš od napornega vsakdana, vsakodnevnih obveznosti in skrbi
- osvojil/a ali poglobil/a boš znanje asan, dihalnih tehnik in meditacije
- skozi plesne gibe izrazila čustva in občutja
- preživel/a boš čas, obkrožen/a s čudovito naravo, ki ponuja sprehode ob obali ali pa si boš privoščil/a počitek na morskem zraku
- pridobil/a boš nove izkušnje
- mentalno in telesno se boš razstrupil/a in si povrnil/a ravnovesje
- povezal/a se boš s svojim virom in zaživela/a bolj lahko
- vrnila/a se boš v harmonijo s tem, kar v resnici si



**Lokacija:** nastanjeni bomo v sobah VILE 4\* Hotel & Resort Adria Ankaran, Jadranska c. 25, Ankaran

**Termin:** od 14. 3. do 16.3.2025 (petek popoldan do nedelje dopoldan)

**Cena:** celotni program z vključeno prehrano (polpenzion) znaša 270 € (doplačilo za enoposteljno sobo je 20 € na noč). V ceno je všteti tudi vstop v notranji bazen z ogrevano morskovo vodo. Možna je uporaba savne (30€/osebo -10% popust)

**Prijave:** Potrebne so predhodne prijave na [tanja@vdihni.life](mailto:tanja@vdihni.life).

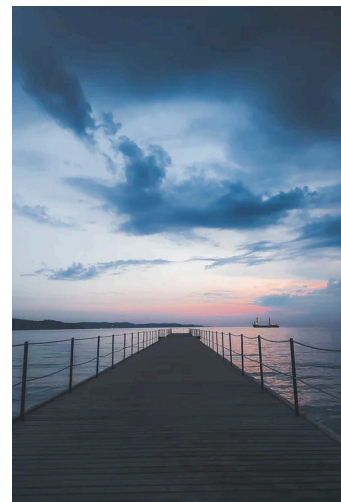
Število mest je omejeno do največ 15 oseb, saj želim ustvariti podporen prostor, kjer se lahko posvetim vsakemu izmed vas.

Prijava je potrjena s plačilom akontacije v višini 120 €. Znesek se lahko poravnava v gotovini na joga vadbi ali me kontaktiraš na tel.št. 041 860 989. Preostanek se plača v gotovini na oddihu samem.

Mesec dni pred joga oddihom pošljem po mailu vsa dodatna navodila in celoten program.



Naj bo to tvoj čas, čas za sprostitev, povezovanje in rast.  
Skupaj bomo ustvarjali nepozabne spomine, ki jih boš nosil/a v srcu vse življenje.



**Z vami bom** svoje znanje in izkušnje delila Tanja Pristov, licencirana učiteljica joga, reiki terapevtka, strastna ljubiteljica narave, plesa, knjig, večna raziskovalka življenja, telesa in uma. Ta čudovita mešanica me vodi na pot iskanja ravnotežja in modrosti, ki jih prinaša vsakdan.

Nenehno se raziskujem, razvijam ter drugim pomagam spoznati in razumeti svoje telo na globlji ravni. Osredotočam se na to, kako delovati v svetu z

večjo umirjenostjo, sočutjem in ljubeznijo. Skozi jogijsko prakso vodim ljudi na notranjo pot srca, kjer lahko najdejo svojo resnico in mir.

Več o meni in moji filozofiji lahko prebereš na moji spletni strani

vdihi.life



Če bi se pred dogodkom želel/a pogovoriti, me lahko kontaktiraš preko e-pošte [tanja@vdihi.life](mailto:tanja@vdihi.life) ali na tel.št. 041 860 989.



O nas | Joga prakse | Dogodki

---

**vdihi.life**

To pismo ste dobili, ker ste se prijavili na moje novice preko spletne strani ali na kakšnem dogodku.

[Unsubscribe](#)

