

Přednášky, workshopy, semináře

Čtvrtek 4.12.2025, 18.30 – 20.30

Čtvrtek 11.12.2025, 18.30 – 20.30

Relaxační cvičení KUM NYE

Lektor: LENKA CHOUROVÁ

Relaxace je duševní i fyzická hygiena. Budeme se učit, jak zvládat stres pomocí relaxační aktivity. Naučíme se uvolnit, meditovat, nesoutěžit, nestresovat se.

Pátek 5.12.2025, 17.00 – 19.00

SETKÁNÍ – psychoterapeutická skupina pro dospělé

Lektor: Mgr. MARCELA GIBIŠOVÁ
JANOUCHOVÁ

Uzavřená skupina terapeutických setkání. Bezpečný prostor pro poznávání sebe sama a sdílení s druhými.

Pátek 5.12.2025, 17.45 – 19.00

YIN jóga s aromaterapií

Lektor: LENKA VÁCLAVOVÁ

Zpřijemněte si páteční večer jinovou praxí jógy. Každý měsíc věnujeme harmonizaci vládnoucího elementu a energetických drah orgánů.

Neděle 7.12.2025, 9.00 – 17.00

Konstelace jinak – síla rodu

Lektor: NADIYA J. JINDROVÁ

Přijď na jednodenní workshop Konstelace jinak – Síla rodu, kde během jediného dne uděláš výrazný vnitřní posun – beze slov, skrze tělo a prožitek.

Pátek 12.12.2025, 17.00 – 19.00

Beseda o problematice závislosti na alkoholu (ZDARMA)

Lektor: LUKÁŠ FARSKÝ

Besedy jsou otevřené všem, kdo chtějí víc porozumět závislosti a cestě ke střizlivosti. Ukazujeme, že za hledání pomoci, či zájmu o téma, se není za co stydět.

Sobota 13.12.2025, 9.00 – 10.00

5 Tibeťanů

Lektor: ŠÁRKA HORYCHOVÁ

Objevte sílu jednoduchého, ale hluboce harmonizujícího cvičení. Pět dynamických pohybů, které aktivují životní energii, posilují tělo a zklidňují mysl.

Čtvrtek 18.12.2025, 19.00 – 21.00

Vánoční gongový koncert

Lektor: LENKA CHOUROVÁ, JITKA DAHLHAUSENOVÁ

Připravily jsme si pro Vás speciální gongovou lázeň. Přijďte si v předvánočním čase dopřát zastavení, uvolnění a hluboký odpočinek v jedinečných vibracích gongů.

Bližší informace o chystaných akcích najdete na našem webu.

ZMĚNA PROGRAMU VYHAZENA – Své místo si vždy předem rezervujte na www.jinahut.cz