

Účasť na 39. kongrese Európskej únie jogy v Zinali, Švajčiarsko

Toho roku v auguste sa uskutoční 39. kongres EUY. Jeho téma je veľmi aktuálna – joga a ajurvéda. Joga aj ajurvéda sú mnohotisícročné odbory, ktoré sa vyvíjali vedľa seba. Ajurvéda, podobne ako joga sa stali už globálne známymi pojmi, menej ľudí ale vie napr. ako kombinovať jogu a ajurvédu k dosiahnutiu pevného psychického a fyzického zdravia. Program kongresu nájdete na <http://www.euycongress.org/>. Je to kongres, na ktorom je málo prednášok, ale veľa cvičenia. Cvičenia vedú renomovaní lektori z EUY a pozvaní ajurvédickí špecialisti. Aktivity kongresu od rána až do večera. Výučba prebieha v nemčine, angličtine, francúzštine, holandčine a španielčine. O Zinali sa dozviete detaily napr. na <http://www.zinal.ch/fr/Regions/>.

Slovenskej asociácii jogy sa podarilo dosiahnuť, že účastníci z radov členov SAJ majú podstatnú zľavu na vložnom. Čiže na členskom sa dá ušetriť do 100€. Ak sa cestuje autom, najpohodovejšia je cesta autovlakom do Prahy a potom cez Nemecko do Švajčiarska (1009 km). Náklady závisia na obsadenosti auta. Nízkonákladové lietadlá pristávajú v Ženeve, ale potom je potrebné ísť vlakom a nakoniec autobusom (Postbus).

Ubytovanie sa dá objednať v hoteli, penziónoch alebo v autokempe. Najekonomickejšie riešenie je ak si skupina prenajme chatku. Tie sú v rôznych veľkostiach. Cena je obvyčajne veľmi prijateľná (cca 130CHFr/osobu a týždeň).

Strava – v chatkách je kuchyňa a teda sa dá variť aj z doneseného (z domu, alebo nakúpeného miestne v Zinali sú dobre vybavené obchody).

Prihlášky je potrebné vybavovať cez SAJ (spjke@stonline.sk). Chatky je potrebné tiež objednávať čo najskôr. Záujem prosím nahláste **do konca februára** na uvedenú mailovú adresu.

G.M. Timčák

SAJ