

Violoncello a srdce

Jóga a hudba

26. 11. 2022, 10:00 – 18:00 | Opido, Těptín, Cena 1050 Kč

19. 2. 2023, 16:00 – 18:00 | Festival Miluj svůj život, Praha



Zvu vás, kteří chcete pomocí hudby umocnit vliv jógy a meditace na svou psychiku, a objevit v plné šíři krásu vnitřního světa. Kromě cvičení klasické hathajógy si společně užijeme relaxace, různé formy meditací, čištění čakr, sdílení a hudbu.

Prožitkový večer s hudbou

4. 12. 2022, 18.00 – 21.00 | Centrum Regenerace, Anežky Malé

20. 1. 2023, 18.00 – 21.00 | Obecní knihovna Hradištko



Zvuk violoncella má stejnou vibraci jako lidské srdce. Během večera se spolu ponoříme do duchovních příběhů podbarvených klasickou hudbou, do meditace za zvuku indického nástroje esraj a také do energetických center – čakr s barevnou improvizací na nástroj.

Lektorka **Margit Koláčková** – hudebnice, lektorka jógy, absolventka pražské AMU, školy jógy při Českém svazu jógy, kurzů muzikoterapie, jógové terapie a poradních kruhů. Práci koncertní umělkyně a lektorky jógy propojuje v kurzech i na pódii v projektu *Violoncello a srdce*.