

2. POLETNI GORSKI ODMIK

Od 14. do 16. julija 2023 (petek-nedelja), ROGLA (n. v. 1517m)

Prisrčno Te vabimo, da julija preživiš štiri ali tri dni z nami na 2. poletnem gorskem odmiku, na osvežujočem gorskem zraku v neokrnjeni naravi na Rogli, stran od poletne mestne vročine ter skrbi in obveznosti. To je idealno mesto za lahkotno poletno vadbo TAIQUANA in QIGONGA ter poglobljanje vase. To je čas, da se povežemo s seboj, z mirom in tišino v svojem srcu, da okrepimo svojo življenjsko energijo, vitalnost in pretočnost. Ker je po TKM poletje čas srca in srčnosti, bo tudi naš program popolnoma usklajen z energijami srca.

Pred-plačilo s popustom do 50 EUR velja do pon. 12. junija 2023.

Vaje bodo potekale skupno in po skupinah, primerne so tudi za popolne začetnike. Program bosta izvajala Chen Shining in Tina Hribar.

(1) CENIK ZA BIVANJE v dvoposteljni sobi (se plača v hotelu)

Cena po osebi na dan	POL penzion	POLNI penzion
Hotel Rogla***S:	79 EUR	89 EUR
Hotel Brinje***: Hišni ljubljenci so dovoljeni	64 EUR	74 EUR

Opombe:

- V ceno je vključeno tudi kopanje v bazenu in 1x vstop v savne Wellnessa.
- Doplačilo za enoposteljno sobo na dan: 16 € (h. Rogla) / 14 € (h. Brinje)
- Pri polpenzionu lahko večerjo spremenite na kosilo.

Obvezno doplačilo:

turistična taksa 2,50 €/noč/oseba in enkratna prijavnina 2 € na odraslo osebo.

(2) CENIK ZA PROGRAM-VADBO (se plača na TR združenja)

3 dni, od 14. do 16. julija (petek-nedelja) : 250€ na osebo oz. 200€ na osebo za pred-plačilo do 12.6.2023 (prihranite 50 eur)
- enkratno plačilo za družinske člane, ki ne vadijo: 20€ na osebo (v ceno vključuje eno poskusno vajo po izbiri)

Pomembno:

- Predhodna prijava na odmik je obvezna na mail: info@taiji.si
- Ob prijavi obvezno napišite ime in priimek ter telefonsko številko.
- Rezervacijo za bivanje urejamo mi. Sporočite če želite deliti sobo v hotelu.
- Popust na program velja samo za plačilo do ponedeljka 12. junija 2023.
- Napotnico in druga navodila za tabor prejmete po prijavi.
- Programa odmika se lahko udeležite tudi brez bivanja.

V primeru odpovedi:

- od 12.6.2023 dalje zadržimo polovični znesek programa vadbe,
- od 26.6.2023 dalje zadržimo celotni znesek programa vadbe.
- Znesek se NE more spremeniti v dobropis za ostale naše dejavnosti.

Urnik vadbe poletnega gorskega odmika 2023:

7:30 – 9:00	Jutranja vaja: Skupna vaja za vse udeležence in vaja v dveh skupinah
11:30 – 13:00 Opoldanska vaja	– vaja po dveh skupinah: 1) Energijske qigong vaje za čas poletja in samomasaža (vodi Tina) 2) Osnove taijiquana in osnovna vaja s pahljačo (vodi Chen)
18:00 – 19:30 Večerna vaja	– vaja po dveh skupinah: 1) Energijske qigong vaje za čas poletja in samomasaža (vodi Tina) 2) Osnove taijiquana in osnovna vaja s pahljačo (vodi Chen)
Restavracija v hotelu	Zajtrk: 7-10h, kosilo: 12-14h in večerja: 19-21h

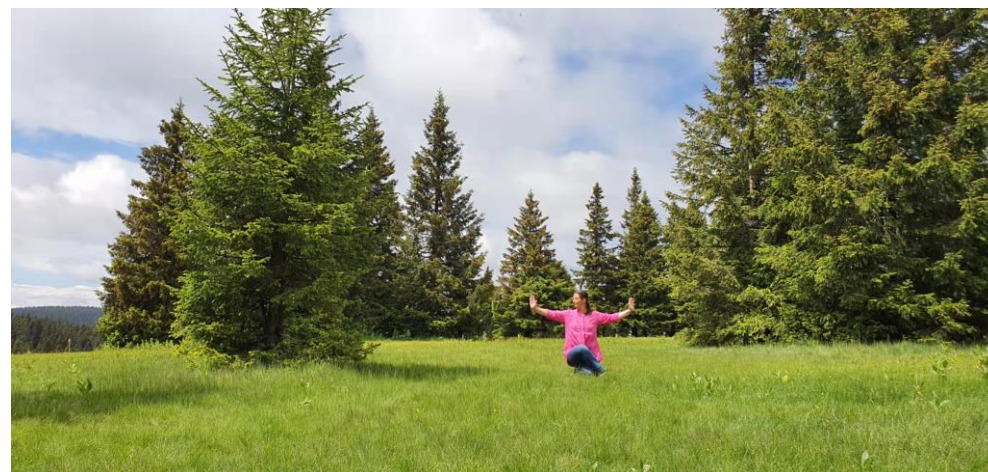
Prvi dan odmika, v petek 14.7., se začne z večerno vajo. Zadnji dan 16.7., se zaključuje z opoldansko vajo ob 11:30. V primeru slabega vremena bo vadba potekala v dvorani.

Prijava in dodatne informacije:

www.taijiquan-qigong.si/roglia 041/446-488 info@taiji.si

Lokacija Poletnega gorskega tabora: **ROGLA** (nadmorska višina 1517 m)

<https://www.rogla.eu/si/>



Vrh Rogle je gozdnat z majhno jaso na kateri stoji razgledni stolp.

Stolp je visok 30m in nudi lep razgled na bližnje gozdove in ob lepem vremenu celo na Triglav.

