

smysly v tichu mysli



KDYŽ MYSL UTICHNE: Návrat k sobě skrze smysly a intuici

4denní pobyt pro ženy | 5.–8. listopadu 2026

Podzim je časem zklidnění, přesto naše mysl často běží dál. Zveme tě na prodloužený víkend, kde společně zpomalíme a ponoříme se do světa smyslů. Vystoupíme z obvyklého tempa, abychom se znovu potkaly samy se sebou. Skrze vůně, zvuky, hmat, chuť, pohyb i ticho se vrátíme k citlivosti vůči vlastnímu tělu a intuici. Celým pobytem nás bude provázet laskavost, jednoduchost a dostatek času na odpočinek, samotu i procházky.

♥ Co nás čeká

- **Zážitková setkání se smysly:** Objevování světa skrze vůně, chuť, zvuky a ticho.
- **Aromaterapie a práce s vůněmi:** Jemné ladění smyslů a atmosféry.
- **Dotek a péče o tělo:** Vnímání vlastního těla, uvolnění a vstup do sauny.
- **Uvolnění stresu:** Pohybové a dechové praxe pro zklidnění nervové soustavy.
- **Ženský kruh a sdílení:** Bezpečný prostor bez rolí, kde načerpáš sílu mezi jinými ženami.
- **Výživná strava:** Plná vegetariánská penze připravovaná s láskou.
- **Čas pro sebe:** Odpočinek, procházky v přírodě a šálek čaje bez spěchu.

Nechceme slibovat, s čím budeš odjíždět. Možná si odvezeš větší klid, možná inspiraci a možná objevíš něco, co bylo celou dobu v tobě.

♥ Praktické informace

- **Místo:** Rabasův mlýn, Buček
- **Termín:** čtvrtek 5. listopadu (od 18:00 s večeří) – neděle 8. listopadu 2026 (do 12:00)
- **Průvodkyně:** Blanka Chmelíková a Alice Nováková
- **Strava:** Plná vegetariánská penze

♥ Cena a rezervace

- **Do 15. září 2026:** 8 100 Kč
- **Od 16. září 2026:** 8 500 Kč
(Cena zahrnuje: ubytování na 3 noci, plnou penzi, program a jeden vstup do sauny.)
- **Platba na 2 části:** Pro rezervaci místa stačí uhradit zálohu **4 000 Kč**. Doplatek se hradí před začátkem pobytu.

♥ Více informací a přihlášky

- Blanka Chmelíková: dotekzeny.cz
- Alice Nováková: vanilkovaduse.cz

Těšíme se na tebe...

♥ Blanka & Alice ♥