



## ŠAMANKA - únorové akce

Datum	Čas	akce	mítnost	blížíší informace
1.2.16 PO	7:30	<b>Ranní pilates</b> - <b>Věra Erinti Hamtilová</b>	seminárka	Co se protáhnout a rozhýbat na začátku dne? Nutná rezervace na čísle 604 183 560 či mailu cajovna.samanka@gmail.com Vstup 100,-
1.2.16 PO	17:30	<b>Pilates</b> - <b>Věra Erinti Hamtilová</b>	seminárka	Metoda cvičení, která navrací našim tělům jejich plnou funkčnost. Nutná rezervace na čísle 604 183 560 či mailu cajovna.samanka@gmail.com Vstup 100,-
1.2.16 PO	18:45	<b>Zdravé posilování</b> - <b>Věra Erinti Hamtilová</b>	seminárka	Potřebujete zdravě a bezpečně posílit tělo a (konečně) zlepšit svou kondici? Nutná rezervace na čísle 604 183 560 či mailu cajovna.samanka@gmail.com Vstup 100,-
1.2.16 PO	19:30	<b>Písničkování</b>	zadní čajovna	Čaj, ženy zpěv.
2.2.16 ÚT	17:30	<b>Pilates</b> - <b>Věra Erinti Hamtilová</b>	seminárka	Metoda cvičení, která navrací našim tělům jejich plnou funkčnost. Přijďte se zklidnit, uvolnit a protáhnout, ať jste připravení na Vánoce, ať budou jakékoliv. Vstup 100,-
4.2.16 ČT	19:00	<b>Posvátné písně, silové a léčebné písně</b> - společné zpívání - Daniela Orlická	poradna	Zpívání, povídání, sdílení. Vstupné dobrovolné
4.2.16 ČT	20:00	<b>Pilates &amp; yoga</b> - <b>Věra Erinti Hamtilová</b>	seminárka	Nejen pro ty, kteří nestíhají dřívější lekce. Nutná rezervace na čísle 604 183 560 či mailu cajovna.samanka@gmail.com Vstup 100,-
5.2.16 PÁ	7:30	<b>Ranní pilates</b> - <b>Věra Erinti Hamtilová</b>	seminárka	Co se protáhnout a rozhýbat na začátku dne? Nutná rezervace na čísle 604 183 560 či mailu cajovna.samanka@gmail.com Vstup 100,-
8.2.16 PO	17:30	<b>Pilates</b> - <b>Věra Erinti Hamtilová</b>	seminárka	Metoda cvičení, která navrací našim tělům jejich plnou funkčnost. Nutná rezervace na čísle 604 183 560 či mailu cajovna.samanka@gmail.com Vstup 100,-

8.2.16 PO	18:45	<b>Zdravé posilování - Věra Erinti Hamtilová</b>	seminárka	Potřebujete posílit tělo a (konečně) zlepšit svou kondici? Nutná rezervace na čísle 604 183 560 či mailu cajovna.samanka@gmail.com Vstup 100,-
9.2.16 ÚT	17:30	<b>Pilates - Věra Erinti Hamtilová</b>	seminárka	Metoda cvičení, která navrací našim tělům jejich plnou funkčnost. Nutná rezervace na čísle 604 183 560 či mailu cajovna.samanka@gmail.com Vstup 100,-
9.2.16 ÚT	19:00	<b>OTEVŘENÁ ZKOUŠKA - po létech</b>	seminárka	Společné improvizální alikvotní znění a zpívání, pro radost - opětovné shledání se členy bývalé hudební skupiny TASHI DELEY. Vstup 150,- Více o souboru na tashideley.euweb.cz
11.2.16 ČT	17:30	<b>Zpívání pro pupíky - Anna Kačabová</b>	seminárka	Čekáte miminko? A máte rády hudbu? Přijďte si vyzkoušet účinky zpěvu a hudby v těhotenství "na vlastní pupík". Hudebně relaxační workshopy pro nastávající maminky. Více na <a href="http://www.zpivanipropupiky.cz">www.zpivanipropupiky.cz</a>
11.2.16 ČT	19:00	<b>Spontánní bubnování, tanec a zpěv se Sueneém</b>	zadní čajovna	Spontánní bubnování s tancem a zpěvem, 150,- + 50,- za půjčení bubnu
11.2.16 ČT	20:00	<b>Pilates &amp; yoga - Věra Erinti Hamtilová</b>	seminárka	Nejen pro ty, kteří nestíhají dřívější lekce. Nutná rezervace na čísle 604 183 560 či mailu cajovna.samanka@gmail.com Vstup 100,-
12.2.16 PÁ	7:30	<b>Ranní pilates - Věra Erinti Hamtilová</b>	seminárka	Co se protáhnout a rozhýbat na začátku dne? Nutná rezervace na čísle 604 183 560 či mailu cajovna.samanka@gmail.com Vstup 100,-
13.2.16 SO	14:00	<b>Terapie Mysli pro šťastné srdce - New! Hana Růžičková</b>	seminárka	Přednáška pořádaná ve spolupráci s portálem Slevomat. Více na <a href="http://www.terapiemysli.cz">www.terapiemysli.cz</a>
15.2.16 PO	17:30	<b>Pilates - Věra Erinti Hamtilová</b>	seminárka	Metoda cvičení, která navrací našim tělům jejich plnou funkčnost. Nutná rezervace na čísle 604 183 560 či mailu cajovna.samanka@gmail.com Vstup 100,-
15.2.16 PO	18:45	<b>Zdravé posilování - Věra Erinti Hamtilová</b>	seminárka	Potřebujete posílit tělo a (konečně) zlepšit svou kondici? Nutná rezervace na čísle 604 183 560 či mailu cajovna.samanka@gmail.com Vstup 100,-
15.2.16 PO	20:00	<b>Písničkování</b>	zadní čajovna	Čaj a hudba, co si víc přát?

16.2.16 ÚT	17:30	<b>Pilates</b> <b>- Věra Erinti Hamtilová</b>	seminárka	Metoda cvičení, která navrací našim tělům jejich plnou funkčnost. Nutná rezervace na čísle 604 183 560 či mailu cajovna.samanka@gmail.com Vstup 100,-
18.2.16 ČT	19:00	<b>Posvátné písně, silové a léčebné písně</b> <b>- společné zpívání - Daniela Orlická</b>	zadní čajovna	Přijďte zpívat písně přinášející sílu a harmonii. Vlastní hudební nástroje vítány. Vstup 100,-
18.2.16 ČT	20:00	<b>Pilates &amp; yoga</b> <b>- Věra Erinti Hamtilová</b>	seminárka	Nejen pro ty, kteří nestíhají dřívější lekce. Nutná rezervace na čísle 604 183 560 či mailu cajovna.samanka@gmail.com Vstup 100,-
19.2.16 PÁ	7:30	<b>Ranní pilates</b> <b>- Věra Erinti Hamtilová</b>	seminárka	Co se protáhnout a rozhýbat na začátku dne? Nutná rezervace na čísle 604 183 560 či mailu cajovna.samanka@gmail.com Vstup 100,-
19.2.16 PÁ	19:00	<b>Terapie Mysli pro šťastné srdce - New!</b> <b>Hana Růžičková</b>	seminárka	Přednáška pořádaná ve spolupráci s portálem Slevomat. Více na <a href="http://www.terapiemysli.cz">www.terapiemysli.cz</a>
20.2.16 SO	11:00	<b>Konstelace</b> <b>- Jaroslav Kovanda</b>	zadní čajovna	Cesta k radosti, spokojenosti, zdraví a porozumění sobě i druhým. Cena 700,- sleva dohodou pro lidi v těžkém životním období. Kontakt a info na <a href="http://www.zijdnes.cz">www.zijdnes.cz</a>
22.2.16 PO	7:30	<b>Ranní pilates</b> <b>- Věra Erinti Hamtilová</b>	seminárka	Co se protáhnout a rozhýbat na začátku dne? Nutná rezervace na čísle 604 183 560 či mailu cajovna.samanka@gmail.com Vstup 100,-
22.2.16 PO	17:30	<b>Pilates</b> <b>- Věra Erinti Hamtilová</b>	seminárka	Metoda cvičení, která navrací našim tělům jejich plnou funkčnost. Nutná rezervace na čísle 604 183 560 či mailu cajovna.samanka@gmail.com Vstup 100,-
22.2.16 PO	18:45	<b>Zdravé posilování</b> <b>- Věra Erinti Hamtilová</b>	seminárka	Potřebujete zdravě a bezpečně posílit tělo a (konečně) zlepšit svou kondici? Nutná rezervace na čísle 604 183 560 či mailu cajovna.samanka@gmail.com Vstup 100,-
23.2.16 ÚT	17:30	<b>Pilates</b> <b>- Věra Erinti Hamtilová</b>	seminárka	Metoda cvičení, která navrací našim tělům jejich plnou funkčnost. Nutná rezervace na čísle 604 183 560 či mailu cajovna.samanka@gmail.com Vstup 100,-

24.2.16 ST	19:00	<b>Terapie Mysli pro šťastné srdce - New!</b> <b>Hana Růžičková</b>	seminárka	Přednáška pořádaná ve spolupráci s portálem Slevomat. Více na <a href="http://www.terapiemysli.cz">www.terapiemysli.cz</a>
24.2.16 ST	19:00	<b>Být ve spojení</b> <b>- Jiří Šmejkal</b>	zadní čajovna	Na naší cestě obvykle narazíme na překážky, které je třeba zdat. Večer věnovaný právě tomuto tématu. Více na <a href="http://www.bytvespojeni.cz">www.bytvespojeni.cz</a>
25.2.16 ČT	17:30	<b>Zpívání pro pupíky</b> <b>- Anna Kačabová</b>	seminárka	Čekáte miminko? A máte rády hudbu? Přijďte si vyzkoušet účinky zpěvu a hudby v těhotenství "na vlastní pupík". Hudebně relaxační workshopy pro nastávající maminky. Více na <a href="http://www.zpivanipropupiky.cz">www.zpivanipropupiky.cz</a>
25.2.16 ČT	19:00	<b>Spontánní bubnování, tanec a zpěv se Sueneém</b>	seminárka	Spontánní bubnování s tancem a zpěvem, 150,- + 50,- za půjčení bubnu
25.2.16 ČT	20:00	<b>Pilates &amp; yoga</b> <b>- Věra Erinti Hamtilová</b>	seminárka	Nejen pro ty, kteří nestíhají dřívější lekce. Nutná rezervace na čísle 604 183 560 či mailu <a href="mailto:cajovna.samanka@gmail.com">cajovna.samanka@gmail.com</a> Vstup 100,-
26.2.16 PÁ	18:00	<b>Om healing</b>	zadní čajovna	Prastará skupinová léčebná metoda, při níž mantra Om harmonizuje přítomné v kruhu, jeho okolí i lidstvo. Patří všem lidem, přijďte a zažijte ji.
28.2.16 NE	19:00	<b>Sny se plní aneb... Rok života v Bhútánu, Zemi hřmícího Draka</b> <b>- Jarka Lamačová</b>	zadní čajovna	Promítání s přednáškou. Jarka Lamačová promovala v Bhútánu v roce 2007 a v roce 2013 dostala možnost v této zemi rok pracovat, přijďte si poslechnout povídání o splnění jejího snu žít v této himálajské zemi. Doporučený stup 200,- (honorář lektorky a dobrovolné příspěvky jdou na podporu dětí z chudých rodin ve školce Malé palečky) Více na <a href="http://www.peterbartal.cz">www.peterbartal.cz</a>
29.2.16 PO	7:30	<b>Ranní pilates</b> <b>- Věra Erinti Hamtilová</b>	seminárka	Co se protáhnout a rozhýbat na začátku dne? Nutná rezervace na čísle 604 183 560 či mailu <a href="mailto:cajovna.samanka@gmail.com">cajovna.samanka@gmail.com</a> Vstup 100,-
29.2.16 PO	17:30	<b>Pilates</b> <b>- Věra Erinti Hamtilová</b>	seminárka	Metoda cvičení, která navrací našim tělům jejich plnou funkčnost. Nutná rezervace na čísle 604 183 560 či mailu <a href="mailto:cajovna.samanka@gmail.com">cajovna.samanka@gmail.com</a> Vstup 100,-

29.2.16 PO	18:45	<b>Zdravé posilování - Věra Erinti Hamtilová</b>	seminárka	Potřebujete zdravě a bezpečně posílit tělo a (konečně) zlepšit svou kondici? Nutná rezervace na čísle 604 183 560 či mailu <a href="mailto:cajovna.samanka@gmail.com">cajovna.samanka@gmail.com</a> Vstup 100,-
29.2.16 PO	19:30	<b>Písničkování</b>	zadní čajovna	Přijďte oslavit dnešní výjimečný den zpěvem a hrou!

Změna programu vyhrazena

Chtěli byste náš program dostávat e-mailem? Napište nám.

## Čajovna Šamanka

### **Čajovna a kavárna Šamanka**

Hálkova 8

Praha 2, Nové Město

120 00

[cajovna.samanka@gmail.com](mailto:cajovna.samanka@gmail.com)

[www.samanka.cz](http://www.samanka.cz)

