



**KLUB TAOGO, TAOJOGA**  **SLOVAKIA**

GO Kluby Matfyz, Tengen a Taogo v spolupráci so SAGO si Vás a Vašich priateľov, rodinných príslušníkov dovoľujú pozvať na

## **LETNÉ SÚSTREDENIE GO V TATRÁCH**

Na leto máme prichystané päťdňové sústredenie, ktorého cieľom je zvýšiť celkovú energiu tela a ducha. Sústredenie v sebe zahŕňa metodickú teoretickú výuku GO, za účelom silne sa zdokonaľiť v základoch, v dobrej forme, v štruktúrach, ale aj stratégii a bojových technikách, ktoré ponúka umenie GO. Ďalej praktickú časť v objeme dvoch turnajov. Tretím pilierom sústredenia je zameranie sa na zdravie a energiu. Pomocou systému Taojogy je zámer posilniť a detoxikovať fyzické telo, psychiku, zharmonizovať a doplniť energeticky každého kto sa pridá.

Relaxačné, meditačné aj fyzické cvičenia Taojogy pôsobia harmonizačne a regeneračne na myseľ.

Spojenie fyzického cvičenia a psychického tréningu GO má blahodarný účinok na celkový rozvoj vedomia jedinca. Sústredenie GO je určené pre všetkých bez obmedzenia.

**Lektori a školitelia, garanti podujatia:**

**Július Masarovič, organizátor podujatia a inštruktor Taojogy**

**Miroslav Poliak 2.Dan, Pavol Lisý.ml 5.Dan lektori skupín**

**Ivo Švec, rozhodca a GO garant turnajov podujatia**

**Záštita nad podujatím: Slovenská asociácia GO, TaojogaSlovakia**

**[www.sago.sk](http://www.sago.sk) [www.taojoga.sk](http://www.taojoga.sk)**

Harmonogram sústredenia:

- " Utorok od 12 00 Príchod a ubytovanie - aklimatizácia, voľný program
- " Streda - Nedeľa:
- " 06 30 - 08 00 Ranná poklepová detoxikácia v horskom prostredí
- " 08 00 - 09 00 Raňajky

- " 09 00 - 12 00 Kolo Letný turnaj
- " 12 00 - 15 00 Obed -lokálne prechádzky
- " 15 00 - 18 00 Poobedňajšia metodická prednáška GO
- " 19 00 - 20 00 Večera
- " 22 00 - 06 00 Večierka, doporučený spánok
- Piatok:
- " 12 00 - 19 30 detoxikačný výlet na Žiarsku chatu a vrch Plačlivô

### **Doplnkový program aj pre doprovod:**

- " Počas sústredenia bude prebiehať Ivov letný maratón v GO
- " Počas sústredenia prebehne Simultánna hra v GO
- " Denné lokálne výlety na salaše alebo okolia napr. demänovských jaskýň
- " Večerné posedenie v kolibe pri ohnisku - Chata Kožiar
- " V piatok sa realizuje detoxikačný výlet horskú chatu Žiar. Tí viac zdatní si vyšľapú na vrch Plačlivo alebo do Žiarskeho alebo Smutného sedla s nádherným výhľadom na hrebene Tatier.
- " V prípade horúčav obedné prestávky bude možné využiť na schladenie sa pri Mare alebo vo Wellness termálnom bazéne Liptovský Ján

Pre doprovod je možnosť absolvovať kompletne cvičenia Taojogy samostatne (kurzovné 25,- Eur)

Termín: 29. august - 02. September 2012 od stredy do nedele

Príchod a ubytovanie v utorok poobede

Odchod v nedeľu poobede

MIESTO: Hotel Spojár - Roháče, malebné Západné Tatry  
[www.spojar.sk](http://www.spojar.sk) (10km od Liptovského Mikuláša smerom do Žiarskej doliny, 300m za dedinou Žiar )

Ubytovanie: noc/1osoba 15,-Eur dvojlôžková izba. Pre rodiny, študentov je možnosť ubytovania v chatkách 5 lôžok zvýhodnená cena(45,- Eur/noc celá chatka).( +50 centov miestny poplatok)

Stravovanie: na mieste ala cart, alebo plná penzia, odporúčenie polpenzia 7,- Eur začína večerou, možné doobjednať detoxikačný pitný režim surové šťavy zelenina a ovocie 3,-Eur/2x2dcl na deň. Ubytovanie a stravu si každý platí na recepcii.

**LSGO 2012 - Letné sústredenie GO cena 50,- EUR**

Účastníci zaregistrovaní do 20. júna majú zľavu 5,- EUR

Účastníci zaregistrovaní po termíne: bez zľavy

**Registrácia:** mailom alebo telefonicky, resp. osobne.

zároveň je potrebné najneskôr do 20. júna:  
osobne zaplatiť alebo vložiť na bankový účet nevratnú registračnú zálohu kurzovného vo výške 30,- EUR. Zbytok kurzovného sa platí na mieste pri registrácii v nedeľu o 16 00 v hotovosti.

Názov bankového účtu:

číslo účtu: 262 581 8442 Kód banky 1100 - Tatrabanka

Do poznámky uviesť celé meno účastníka a LSGO

## Propozície Letného turnaja v GO Druhý ročník Turnaj je zaradený do Grand Prix SR

Program:	29.8.2012	Streda	08:00 - 08:30	registrácia
			09:00 - 12:00	zahájenie a 1. kolo
		Štvrtok	09:00 - 12 00	2. kolo
		Piatok	09:00 - 12 00	3. kolo
		Sobota	09:00 - 12 00	4. kolo
		Nedeľa	09:00 - 12 00	5. Kolo
			12:30	vyhlásenie výsledkov

System: Švajčiarsky systém, redukovaný hendikep RH-2, max 9  
Čas: 75 minút na hráča + 30 sekúnd japonské byo-yomi,  
alebo 15 kameňov na 5 min., japonské pravidlá, komi 6,5

Štartovné: je zahrnuté v kurzovnom  
Dospelí 50,-€  
Seniori, juniori a študenti 40,- €

Ceny: 1.cena - 100 EUR, 2.cena 50 EUR, 3.cena 25 EUR, 4, 5, 6, 7  
miesto darčkové poukážky v hodnote 5 až 20 Eur.

Prihlášky: registrácia na e-mail: taojoga@taojoga.sk (Július Masarovič)

