

יום חמישי 26.1:

- 13:00 הגעה וקבלת חדרים
- 15:00 – 16:00 שיחת פתיחה ומדיטציה מונחית
- 16:30 – 19:00 תרגול אסנות
- 19:30 ארוחת ערב
- 20:30 הנחיות למדיטציה ומדיטציה
-

יום שישי 27.1:

כדי לאפשר מרחב תרגול שקט והפנמה, נשמור על שתיקה ביום שישי מהבוקר ועד אחה"צ

- 06:30 השכמה
- 07:00 – 07:45 מדיטציה בישיבה
- 08:00 שתייה חמה ופירות יבשים
- 08:30 – 11:00 אסנות ופראנאיאמה
- 11:30 – 13:30 ארוחת בהריים ומנוחה
- 13:30 – 14:00 מדיטציה מונחית בישיבה
- 14:00 – 14:30 מדיטציה בהליכה
- 14:30 – 15:30 מדיטציה בישיבה וזמן לשאלות על התרגול
- 15:30 – 16:00 מדיטציה בהליכה
- 16:30 – מנוחה, תה, עוגיות, פירות וצפייה בשקיעה
- 17:00 – 19:30 אסנות ופראנאיאמה
- 19:30 ארוחת ערב
- 20:30 שיחה: היבטים בפילוסופיה ויישומם בתרגול ומדיטציה מונחית

יום שבת 28.1:

- 06:00 השכמה
- 6:30 – 07:00 הליכה מדיטטיבית בטבע וצפייה בזריחה
- 07:00 – 07:45 מדיטציה בישיבה
- 07:45 שתייה חמה ופירות יבשים
- 08:00 – 08:45 שיחה: מיינדפולנס בחיי יומיום
- 09:00 – 12:00 אסנות ופראנאיאמה
- 12:30 ארוחת בהריים
- 13:00 – 14:00 מנוחה או טיול למואה העתיקה
- 14:00 – סיום הסדנה

כל הארוחות יהיו צמחוניות

[טבלת מחירים ואופן ההרשמה](#)

שימו לב לתנאי תשלום ומדיניות ביטולים, אנא גללו למטה

להלן פירוט של אפשרויות הלינה והמחירים (המחירים כוללים את הלימוד, הלינה והארוחות)

1. לינה באוהל פגודה הודי ממוזג ומחודש (כולל מזגן לחימום, שירותים ומקלחת)

מחיר לאדם על בסיס 3 באוהל 1440 ₪

מחיר לאדם על בסיס 2 באוהל 1700 ₪



אוהל פגודה הודי: מבט מבחוץ

2. חדר הבנוי מלבני אדמת המקום, מספר החדרים מוגבל (כולל מזגן, שירותים, ומקלחת)

מחיר לאדם על בסיס 2 בחדר: 1,700 ₪

מחיר לאדם בחדר לבד: 2350 ₪ {מספר חדרים מוגבל}



חדר לדוגמא

3. חדר מיוחד ומרווח בחאן לארבעה אנשים הממוקם על שפת האגם (כולל מזגן, מאוורר, שירותים, ומקלחת):

מחיר לאדם על בסיס 4 בחדר: 1440 ₪

מחיר לאדם על בסיס 3 בחדר : 1580 ₪



חדרי החאן - חצר פנימית





חדרי התאן

יש להירשם במייל workshop.desert@gmail.com או בטלפון 050-7900460:

כדי לבחור ולשמור חדר\אווהל לפי רצונכם

אנא שילחו את הפרטים האישיים במייל: שם, שם משפחה, גיל מקום מגורים, טלפון, ניסיונכם באינגאר יוגה וסוג האירוח בו בחרתם.

יש אפשרות לארגן טרמפים. כאשר מקבלים טרמפ מתחלקים בהוצאות בדלק עם נותן הטרמפ. זו דרך מאד יעילה ונוחה לכולם. אנא רשמו לנו מייל אם רצונכם לקבל או להציע טרמפ.

אמצעי תשלום :

לאחר הרישום לסדנא ישלח לכם מייל עם לינק לתשלום באמצעות כרטיס אשראי. ניתן לשלם ב 3 תשלומים שווים ללא ריבית. עד תאריך 1.12. לאחר תאריך זה, בשני תשלומים.

אנא רשמו את הסכום שנקבע עמכם לפי סוג החדר לאחר התשלום תקבלו קבלה. חשבונית תישלח במועד החיוב, למייל שלכם עם שם המשלם או כל שם שתרשמו.

חברת החיוב קארדקום - מוכרת בתחומה ועומדת בתקן אחיד לאבטחת מידע לעסקים pci-dss

מדיניות ביטולים :

- עד שבועיים לפני הסדנא חיוב של דמי הרישום על סך 150 ₪
- משבועיים ועד שבוע לפני הסדנא חיוב של דמי הרישום והמקדמה, על סך 450 ₪
- משבוע ועד יומיים לפני הסדנא חיוב של 600 ₪
- יומיים לפני הסדנא תשלום של כל הסכום

עם תשלום הסדנא הנכם מאשרים את תנאי התשלום והביטולים

תודה לכם!

נשמח שתצטרפו אלינו

צוות סדנת אינגאר במזאה