



# Informācija par norises vietu un izmaksām

## Norises vieta

### Mācību centrs "Mežmāja", Laucienes pagasts, Talsu novads

Mežmāja ir mierpilna, dabas ieskauda vieta, kas izvēlēta ar nodomu palīdzēt dalībniekiem maksimāli atslēgties no ikdienas steigas un pilnībā nodoties meditācijām, iekšējam mieram un apzinātai klātbūtnei.

### Naktsmītnes

- Pieejamas **2-vietīgas, 3-vietīgas un 4-vietīgas istabas**, kopā: 11 istabas, 35 gultasvietas
- Istabās ir **labierīcības ar dušu un siltu ūdeni**
- **Gultasveļa un dvieļi ir iekļauti cenā**
- Dalībnieki tiks izmitināti istabās **pieteikumu saņemšanas secībā**

### Kā nokļūt

Ar automašīnu – Waze meklētājā ievadīt **Mežmāja Laucienes pagasts**.  
Teritorijā ir pieejama auto stāvvietā.

### Meditācijām un nodarbībām

Meditācijām telpā lūgums ņemt līdzī segu vai jogas paklāju, spilvenu, zeķes.  
Iesakām izvēlēties brīvu, **ērtu un gadalaikam atbilstošu apģērbu**, kas netraucē ilgākai sēdēšanai un kustībām.

### Daba un pastaigas

Apkārtnē pieejamas **skaistas pastaigu takas un meža ceļi**.  
Ja programmā paredzēta **meditatīva pastaiga**, lūgums paņemt līdzī gadalaikam atbilstošu apģērbu un apavus (takas ne vienmēr ir gludas vai sausas)

## Izmaksas

|                                                   | 1 diena | 2 dienas | 3 dienas |
|---------------------------------------------------|---------|----------|----------|
| Izmaksas par semināru*                            | 114,00  | 164,00   | 208,00   |
| Krija jogas biedrība Latvijā biedriem <b>-10%</b> | 102,60  | 147,60   | 187,20   |

No ceturtdienas līdz svētdienai skaitās 3 dienas. Ja ierodaties piektdienas rītā un dodieties prom sestdienas pēcpusdienā / vakarā, tās ir 2 dienas, savukārt ja dodieties prom svētdienā, tās ir 3 dienas.

### \* Cenā ietilpst dalība + nakšņošana + ēšana.

(Neatkarīgi no dienu skaita dalība maksa ir 50 eiro)

Individuālas vēlmes, jautājumus un īpašus lūgumus lūdzam sūtīt uz e-pastu: [info@krija.lv](mailto:info@krija.lv)