



ZGŁOSZENIE NA ODOSOBNIENIE CZAN 19 - 26 lutego 2016 roku Nauczyciel: Simon Child

Odosobnienie rozpocznie się 19.02.2016 r. o godz. 19.00 i potrwa do 26.02.2016 r. do godz. 10.00. Odbędzie się w Dłużewie w Domu Plenerowym Warszawskiej Akademii Sztuk Pięknych.

Odosobnienie odbywa się w ciszy. Dzień rozpoczyna się o 5.00 rano, trwa do 10.00 wieczorem i wypełniony jest wieloma ok. 30 minutowymi okresami medytacji, ćwiczeniami fizycznymi, pracą, spotkaniami indywidualnymi z nauczycielem i wykładami.

Wszelkie informacje dotyczące nauczycieli, terminów wnoszenia opłat, dojazdu i powrotu oraz zakwaterowania znajdują się w dołączonych do zgłoszenia materiałach oraz na naszych stronach internetowych pod adresem: <http://www.czan.eu>. Warunkiem wstępnym przyjęcia na odosobnienie jest co najmniej pół roku doświadczenia w praktyce medytacji buddyjskiej.

Mowy na odosobnieniu będą tłumaczone z angielskiego na polski. Wszelkie informacje i zalecenia osób prowadzących będą ogłaszane w języku angielskim i polskim.

Posiłki na odosobnieniu są wyłącznie wegetariańskie. Jeśli masz z powodów zdrowotnych specjalne potrzeby dotyczące diety, opisz je na osobnej kartce.

Prosimy o informacje (w formie opisu dołączonego do zgłoszenia), jeżeli masz jakieś problemy zdrowotne, **w szczególności te wymienione na odwrocie zgłoszenia**, lub jeśli przyjmujesz leki, które mogą mieć wpływ na Ciebie w trakcie odosobnienia.

Prosimy o wiadomość, jeśli po wysłaniu zgłoszenia okaże się, że nie możesz uczestniczyć w odosobnieniu.

Formularz zgłoszenia PROSIMY O WYSŁANIE NA ADRES: PAWEŁ ROŚCISZEWSKI, UL.PROMIENNA 12, 05-540 ZALESIE GÓRNE LUB MAILEM NA ADRES budwod@budwod.com.pl:

Niniejszym zgłaszam się na odosobnienie prowadzone przez Simona Childa w terminie:

- * 19.02. – 26.02.2016. (7 dni). Koszt odosobnienia: 1250 zł. Przedpłata: 600 zł.
- * 19.02. – 24.02.2016. (5 dni). Koszt odosobnienia: 1050 zł. Przedpłata: 600 zł.

*** zaznacz krzyżykiem właściwy termin**

Brałem/am już udział w (co najmniej pięciodniowym) odosobnieniu: * tak, * nie

Potrzebuję tłumacza podczas indywidualnych rozmów (z angielskiego na polski): * tak, * nie

Potrzebuję transport z Warszawy do Dłużewa : tak, z Dłużewa do Warszawy : tak,

Moje dane:

Imię i nazwisko		Telefon	
Adres		Telefon komórkowy	
		Fax	
		Email:	
		Płeć:	M / K
		Data urodzenia:	
Kod		Dane i telefon osoby, którą należy poinformować np. w przypadku choroby	

Oświadczam, że uczestniczę w odosobnieniu na własną odpowiedzialność i że Związek Buddystów Czán nie ponosi żadnej odpowiedzialności za moje ewentualne choroby, wypadki czy inne zdarzenia losowe powstałe w czasie odosobnienia. Zobowiązuję się do przestrzegania zasad i planu odosobnienia. Zapoznałem się z zamieszczoną poniżej listą problemów zdrowotnych i oświadczam, że nie cierpię na choroby, które mogłyby przeszkodzić w moim uczestnictwie w odosobnieniu.

Data/Podpis: _____

Problemy zdrowotne mogące stanowić przeszkodę lub utrudniać uczestnictwo w odosobnieniu:

1. Schorzenia kręgosłupa i inne (np. silne bóle pleców) utrudniające utrzymywanie górnej części ciała w wyprostowanej pozycji.
2. Schorzenia nóg, stawów biodrowych, kolan.
3. Wysokie lub niskie ciśnienie krwi.
4. Choroby serca.
5. Poważna operacja przebyta w czasie bezpośrednio poprzedzającym odosobnienie.
6. Alergie.
7. Choroby zakaźne.
8. Poważne zaburzenia emocjonalne i choroby psychiczne.
9. Bóle głowy, zawroty głowy, palpacje serca, skrócony oddech, doświadczane podczas lub z powodu medytacji.