

YOGA INSPIRATION DAY

Dva tří-hodinové semináře vede Renata Imrichová , lektorka působící již 10 let jako terapeutka a masérka, zajímá se o práci s energiemi , emocemi a meditace, zabývá se jógou a tao - harmonizace těla formou vnitřních cviků.

1. 7 LOTOSOVÝCH KVĚTŮ

18.3.2012

Seminář je zaměřen na harmonizaci, oživení a odstranění blokády čaker, rozpuštění energie po celém těle, vedoucí k ozdravení a zachování krásného a zdravého těla. Zahrnuje meditaci na harmonizaci čaker, cvičení 7 lotosových květů a masáž čaker na chodidlech s velmi příznivými účinky na harmonizaci organismu. 7 lotosových květů pomáhá lidem, aby pro zachování života a omlazení využili mystickou životní sílu, kterou dostali do vínku.

Prováděním cvičení 7 lotosových květů člověk dosáhne toho, že energie proudí vědoměji celým tělem. Cvičení protahuje vazy a šlachy, mobilizuje klouby, povzbuzuje krevní oběh, povzbuzuje a prohlubuje dýchání a aktivuje ducha. Otevřením po sobě následujících 7 lotosových květů, které cíleně působí na 7 čaker lidského těla, se vytváří spojení s vesmírem.

Cvičení je určeno pro ženy i pro muže. U cvičení 7 lotosových květů rozlišujeme mezi mužskostí a ženskostí, protože cvičení probouzí různé energetické síly. Živá, jasná životní síla muže představuje zdroj života, klidná, temná, tajemná síla ženy představuje přístupnost a citlivost.

2. OSHO MEDITACE + 7 LOTOSOVÝCH KVĚTŮ

6.5.2012

Dynamická Oshova meditace je fyzické cvičení vedoucí k vnitřní koncentraci, pomáhá dostat se hlouběji do sebe, uvolnit se a využít plně svou energii. Pro cvičení je velmi nápomocná hudba - Osho Chakra Breathing Meditation. Osho byl duchovní učitel, mystik a guru pocházející z Indie, ve svém učení se snažil o spojení meditace, uvědomění, lásky, odvahy, humoru a oslavování života. Cvičení 7 lotosových květů pomáhá lidem, aby pro zachování života a omlazení využili mystickou životní sílu, kterou dostali do vínku. Prováděním cvičení člověk dosáhne toho, že energie proudí vědoměji celým tělem, cvičení protahuje vazy a šlachy, mobilizuje klouby, povzbuzuje krevní oběh, povzbuzuje a prohlubuje dýchání a aktivuje ducha. Otevřením po sobě následujících 7 lotosových květů, které cíleně působí na 7 čaker lidského těla, se vytváří spojení s vesmírem. Cvičení je určeno pro ženy i pro muže.



místo konání :

Majda agency - pohybové studio, Gorkého 8, Brno

program:

9.30 prezence , 10.00 - 13.00 seminář (u obou akcí)

vstupné:

450,-Kč/ seminář (úhrada vždy nejpozději do 10 dnů před akcí)

iontové nápoje + občerstvení v ceně

! Závěrečné slosování vstupenek o CD s relaxační hudbou !

přihlášení - e-mailem : sarka@majda-agency.cz, telefonicky : 603 53 22 13, 543 240 222, 543 247 345

osobně : Majda agency - pohybové studio, Gorkého 8, Brno 602 00