

TANTRA YOGA INSPIRATION DAY

Speciální série celkem pěti 3- hodinových nedělních seminářů je určena výhradně pro ženy a je zaměřena na práci s ženskou energií. Semináře vedou zkušené lektorky: Ing. Andrea Špidlová a Eva Srnková , akreditované cvičitelky tantra-jógy pro ženy, absolventky několika ročníků celoroční školy tantra-jógy pro ženy v Osho Sugama Meditation Center v Lažánkách . Semináře je možno navštívit formou uceleného kurzu (celkem 5 víkendů) nebo jednotlivě .

Termíny seminářů :

NEDĚLE 26.2.2012 ...9.30 - 11.00 + 11.30 - 13.00 hod. ... vede E.Srnková

NEDĚLE 11.3.,25.3.,15.4.,13.5.10.00 - 13.00 hod. ... vede A. Špidlová

Náplň seminářů:

Cílem tantrického cvičení je pročištění a uvolnění energetických drah a schopnost vnímat děje ve svém těle. Hlavní náplní je tantrické cvičení Mohendžodáro, skládající se z jednotlivých ásan, které mají pozitivní účinek na mnoha úrovních (zdravotní, tělesné, energetické a při milování). Cvičení je zaměřeno na svaly pánevního dna a dělohy, vede k odstranění a předcházení problémů v této oblasti(bolestivá menstruace, záněty, hemeroidy), uvolňuje velké množství estrogenů, které přinášejí ženě svěžest a krásu. Napojíme se na naši ženskou energii a posílíme ženské aspekty, zejména vnitřní ženu. Budeme také tančit, relaxovat a meditovat (Osho meditace).



místo konání : Majda agency - pohybové studio, Gorkého 8, Brno
vstupné: 1.990,-Kč/ zvýhodněný kurz zahrnující všech 5 seminářů
450,-Kč/ jeden seminář (úhrada vždy nejpozději do 10 dnů před akcí)

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