

Těší se na Vás:



DANIELA
KALVODOVÁ

nlpkoucink.cz

Daniela se profesně věnuje oblasti osobního rozvoje a vzdělávání, kde působí jako koučka, terapeutka a lektorka. Zaměřuje se na využití vnitřního potenciálu k dosažení osobní spokojenosti a rovnováhy v jednotlivých oblastech života. Je dlouholetou lektorkou Body&Mind cvičebně-relaxačních programů zaměřených na zdravé fungování těla a klidnou mysl.



ERIKA
FLORIANOVÁ

perfectmind.cz

Erika se práci s tělem a myslí intenzivně věnuje více jak 20 let. Je zakladatelkou Školy Pilates, kterou vedla do roku 2015. Nyní se věnuje alternativní psychoterapii při aktivním zapojení těla pro odstranění bolestí a psychických bloků. Zkušenosti mimo jiné čerpá z dlouhodobých pobytů na Kostarice, Novém Zélandu, Havaji a Kypru.



Informace, přihlášky:

daniela.kalvodova@gmail.com

Tel. +420 775 100 213

bodymindwork.cz

BODY&MIND WORK

INSPIRACE PRO TĚLO A MYSL



Přijďte si s námi užít podzim s oblíbeným tématem, pro který se zažil pracovní název „královny“. Máme jej pro Vás v novém dárkovém balení :) Určeno všem ženám každého věku, které se v životě chtějí posunout dál, věřit v sebe sama, objevit umění hýčkáni a žít spokojený život. Víme jak na to!

Srdečně zveme na

PERFECT BODY-PERFECT MIND

Intenzivní zážitkový víkend v Mrákotíně u Telče

17. - 19.11. 2017

Na co se můžete v nabitém programu těšit tentokrát? Celým víkendem se budou smysluplně prolínat a vzájemně podporovat následující témata, aktivity a workshopy:

- **BODY&MIND CVIČENÍ s aktivním zapojením mysli**
Norbekov, Pilates, Makko-Ho, Feldenkrais, SM systém a další
- **FUNKČNÍ ŘÍZENÉ MEDITACE pro nastartování pozitivních změn**
ve stoje, v sedě, v leže, v pohybu i klidu, aktivační i relaxační, v prostoru nekonečných možností tvoření, s využitím nejnovějších poznatků neurověd
- **ŠŤASTNÁ A V POHODĚ - antistres workshop**
Odstraňte ze svého života stres a napětí a naučte se uvolnit své tělo i mysl - získáte tak přístup k obrovskému potenciálu, který ve Vás dřímá a dostaňte jej ze sebe ven! Využijte jej k samoléčení, aktivaci skrytých schopností, spokojenosti a štěstí. Otevřete svůj život hojnosti ve všech oblastech.
- **DRAHÉ KAMENY PRO TĚLO A MYSL - workshop**
Naučte se využívat potenciál energie drahých kamenů k podpoře Vaší krásy, zdraví, vitality, Vašich vztahů, nebo k doplnění energie prostoru Vašeho domova. Do tajů jejich magického světa nás doprovodí ing. Jana Šuláková, která se energetické medicíně věnuje již 20 let. V atmosféře prosycené léčivou energií drahých kamenů a aromaterapeutických vůní strávíme celý víkend, při kterém si kameny s využitím poradenství můžete také zakoupit.
- **KRÁLOVSKÉ HÝČKÁNÍ - zážitkový workshop**
Vykoupejte své smysly ve zvukových lázních jemných muzikoterapeutických nástrojů, procitíte luxus vzácných olejů, smyslných vůní a kouzla doteků... naučte se péči o vnitřní pohodu a krásu.
- **Společné vaření, pečení, tvoření, ochutnávání, receptování**

Pátek	13-21 hod.
Sobota	09-21 hod.
Neděle	09-15 hod.

Cena: 4.200,- (zahrnuje program včetně surovin pro společné vaření)

Cvičební části programu se přizpůsobují dané skupině, většinou jsou v relaxačním tempu a zvládnou je i fyzicky neaktivní jedinci, kteří se s Body&Mind styly ještě nesetkali.

PS: Již tradičně slibujeme, co máme ověřeno - nebudete chtít odjet :)