

GONGI I MISY + WARSZTATY

Terapia dźwiękiem gongów i mis wpływa pozytywnie i na ciało, i na psychikę. Wibracje tych instrumentów pobudzają do drgań komórki, przez co wspomagają oczyszczanie się organizmu z toksyn, poprawiają jakość krwi, przyspieszają zranianie się ran, kości, regenerację stawów i mięśni, relaksują, niwelują przewlekły stres.

Kiedy? 25 I 2019, godz. 16.00-17.00, sala 304 w Łódzkim Domu Kultury

Prosimy o zabranie ze sobą karimaty i koca oraz wcześniejsze przychodzenie. Po rozpoczęciu seansu nie ma możliwości wejścia na salę.

Wstęp: 10 zł

Po seansie gongów i mis tybetańskich zapraszamy na 2-godzinny warsztat Qi Gong. Uwaga! Dla uczestników warsztatu udział w poprzedzającej warsztat sesji masażu dźwiękiem gongów i mis jest bezpłatny.

Wstęp: 40 zł

JAGODA KUNIKOWSKA - terapeutka Tradycyjnej Medycyny Chińskiej praktykująca Tai Chi i Qi Gong od 30 lat, czerpiąca wiedzę bezpośrednio od Chińskich Mistrzów, tak Qi Gong jak i Tai Chi. Posiada uprawnienia uznawane przez Ministerstwo Sportu, jak i Chiński Związek Wu Shu.

Prowadzone zajęcia mają charakter wybitnie prozdrowotny - łączą ćwiczenia fizyczne z rozległą wiedzą z zakresu Medycyny Chińskiej w jedną, niezwykle korzystną dla uczestników całość.

Kontakt:

rik@ldk.lodz.pl, 797 326 194

oia@ldk.lodz.pl, 797 326 230