

SEMINARIUM TAI CHI ORAZ SEANS GONGÓW I MIS TYBETAŃSKICH W ŁDK

godz. 13.30.00-15.30, sala 304

SEMINARIUM QI GONG i TAI CHI - PODSTAWY RUCHU.

Prowadzenie: JAGODA KUNIKOWSKA. Wstęp: 40 zł.

Uwaga! Prosimy o wcześniejsze zgłoszenia uczestnictwa: taolive.list@gmail.com, 698 58 98 48.

Uczestnicy seminarium bezpłatnie mogą skorzystać z sesji gongów i mis tybetańskich.

godz. 16.00-17.00, sala 304

GONGI I MISY TYBETAŃSKIE - 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.

Prowadzenie: JAGODA KUNIKOWSKA. Wstęp: 10 zł

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