

Świąteczny relaks

Zajęcia terapii dźwiękiem gongów i mis odbędą się 14 XII 2019 r. o godz. 16:00 w sali 304.

Prowadzenie: Jagoda Kunikowska

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 zrostanie się ran, kości, regenerację stawów i mięśni, relaksują, niwelują przewlekły stres.

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

Wstęp: 10 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.

Jagoda Kunikowska prowadzi również warsztaty terapii dźwiękiem, wykorzystując swoje wykształcenie muzyczne i psychologiczne.