



3x páteční seznámení s Bioenergetikou

Léčebná relaxace, uvolnění od stresu, práce s tělem, sebeobjevování

Cvičení vedou: PhDr. Filip Abramčuk, PhD. a Mgr. Tereza Koryntová

Termíny: Pátky 8.2., 26.4. a 17.5. od 17:00 do 21:00 *

Místo konání: Centrum komplexní péče s.r.o.
Dobřichovice, Na Vyhlídce 582

Cena jednoho pátku: 600 Kč **

Přihlášení: **Mgr. Tereza Koryntová**
tereza.koryntova@ckp-dobrichovice.cz

V prvním pololetí 2013 vám nabízíme tři páteční seznámení s Bioenergetikou, kde zažijete cvičení z oblasti psychoterapie zaměřené na tělo. Pracujeme s tělem jako s velmi důležitým zdrojem léčivých prožitků, jako s prostředkem přímé cesty k sebepoznání, větší spokojenosti a vyrovnanosti. Pomocí bioenergetických cvičení je možné uvolnit chronické svalové napětí, odbourat stres a obnovit vlastní životní energii.

Věnujeme se zejména:

- 🌀 rozvíjení vnitřní pozornosti těla, dechu, uvolňování svalových napětí
- 🌀 propojování tělesných a emočních prožitků
- 🌀 obnovování vlastní vitality
- 🌀 technikám na zvýšení tělesné a duševní pohody

Určeno pro:

- 🌀 zájemce o vlastní sebepoznání, seberozvoj a odbourání stresu
- 🌀 osoby s psychosomatickými obtížemi, zatížené např. chronickou únavou či bolestí zad, nespavostí či jinou nepohodou
- 🌀 zájemce o zlepšení psychické kondice

* Účastnit se můžete všech nabízených termínů i každého zvlášť. Vhodné je mít pohodlné převlečení.

Bližší informace:

Mgr. Tereza Koryntová, 732 743 818, www.bodyterapie.cz, www.ckp-dobrichovice.cz

**

Platbu proveďte na účet č.: 51-1729050277/0100 nejpozději týden před konáním kurzu, čili do 1.2., 19.4. nebo 10.5. 2013. Jako variabilní symbol uveďte 082, 264 nebo 175 podle data konání kurzu, v poznámce prosím uveďte **své celé jméno**. Při zrušení účasti po 1.2., 19.4. nebo 10.5. již nebude kurzovné možno vrátit.