

RELAX PRO KAŽDOU Z NÁS

Přijměte pozvání na jedno odpoledne, které věnujeme jen samy sobě.

Budeme se učit pravidelně jeden krát v měsíci čínské nauce a to zejména léčivému cvičení Čhi-Kung Umění sloupu s osvojením základních i pokročilých technik dýchání podle taoistických nauk.



Co nás tedy čeká:

- Čajový rituál, jedná se o přípravu pravého čínskému čaje tradičním způsobem kung fu čcha (gong fu cha), který pomáhá zklidnit mysl a rozproudí energii čchi potřebnou pro následné dechové cvičení ČCHI-KUNG a následné dvě hodiny cvičení

Vše po dohledem zkušeného lektora MUDr. Davida Němce

TERMÍN: 17.3.2018 od 15:00 – 17:30

KDE: Sokolská chata TJ Sněhov

CENA: 250,- Kč

Cvičení čchi-kung dokáže otevřít energetické cesty a rozproudí v těle obrovskou léčivou energii, pojdte svému tělu navrátit vitalitu, pružnost a uzdravení. Nabízíme vám tímto každý měsíc intenzivní odpolední kurz , kde se všemu budeme společně s lektorem a lékařem MUDr. Davida Němcem učit. A třeba i mnohem víc. Přijďte mezi nás.

Potvrzení účasti, prosím, zasílejte nejpozději do 14.3.2018 na email: lida.vondrova@volny.cz

ev. na tel.: 603 492 920

Na všechny se těší Lída a Katka

