

Letní škola Čchi-Kung



Přijměte pozvání na **dvě nedělní červencové odpoledne** strávené v přírodě, kde se naučíme léčivé cvičení **Čchi-Kung**.

Letní školu povede zkušený **lektor MUDr. David Němec**

Co nás tedy čeká:

Tyto dvě červencové neděle vás uvedou do tajů dechového cvičení ČCHI-KUNG. Proberete základní formy (cviky), které se naučíte tak, že je budete moci doma bez problémů cvičit. V září (16.9. a 23.9.2018) proběhne opakovací cvičení pro zdokonalení naučeného.

Součástí každého cvičení je „Čajový rituál“, jedná se o přípravu pravého čínského čaje tradičním způsobem kung fu čcha (gong fu cha), který pomáhá zklidnit mysl a rozproudit energii čchi potřebnou pro následné dvouhodinové dechové cvičení ČCHI-KUNG.

1-TERMÍN: **15. 7. 2018 od 16:00 – 18:30**
 22. 7. 2018 od 16:00 – 18:30

KDE: Bylinková zahrada „bylinky z ráje“ - Sněhov-Vyniklov

CENA: **500,- Kč za obě odpoledne**

Cvičení čchi-kung dokáže otevřít energetické cesty a rozproudit v těle obrovskou léčivou energii, pojdte svému tělu navrátit vitalitu, pružnost a uzdravení. Nabízíme vám tímto intenzivní odpolední kurzy – letní školy Čchi-kung, jak pro začátečníky tak i pokročilé. Ev. je možné se přihlásit i na druhou letní školu v srpnu a to v termínech 19.8. a 26.8.2018 ve stejný čas.

Přijďte mezi nás.

Přihlásit je možné se písemně na email lida.vondrova@volny.cz nebo na formulář na stránkách www.maskamaloskalsko.cz a to nejpozději do 8.7.2018, poté Vám budou sděleny další podrobnější pokyny ev. na tel. čísle 603 492 920

Na všechny se těší za spolek MA.SKA – Maloskalsko Lída a Katka

