



"Dzwoja Szamana"

Cykl warsztatów dla silnych świadomych kobiet



Zostań Panią swoich emocji i ciała...

Poświęć kilka weekendów tylko dla siebie. Kobięcy wyjazd do Ińskiego Parku Krajobrazowego, gdzie pod okiem doświadczonych instruktorów będziemy trenować ciało, umysł, przełamywać granice. Wszystko w wesołej, przyjaznej atmosferze z dala od cywilizacji. Obudź swoją siłę...

W programie pierwszego stopnia:

- Każdego dnia poranny rozruch, stretching, jeden trening funkcjonalny oraz jeden trening z elementami sportów walki (kickboxing, taekwondo) prowadzony przez wielokrotną medalistkę mistrzostw świata i Europy -Karolinę Moško (6 godzin zajęć)
- Ceremonia „połączenia się z ogniem” oraz nauka medytacji z Andrzejem (Szamanem) Ziółkowskim, ekstremalnym podróżnikiem, który stosuje techniki otwierające i energetyzujące ciało (3 godziny zajęć)
- Uzdrowianie „Duszy” ze specjalistką od Access Bars -Nicolą Gałęcką. Bars to delikatny, przyjemny, relaksujący dotyk 32 punktów na głowie, a jego efektem jest lepsze samopoczucie oraz pozytywne zmiany w zdrowiu i życiu. Sesja uwalnia z Twojego ciała napięcie i stres. Jest on wykonywany w połączeniu z „szamańskim” masażem energetycznym ciała. (1 masaż w ciągu weekendu)
- Dodatkowo w programie przewidziane jest ognisko integracyjne i prezentacja podróżnicza

Zakwaterowanie oraz wyżywienie (dwa posiłki dziennie plus przekąska) w ofercie

CENA WARSZTATÓW - 1199 zł od osoby

