



CYKLUS PĚTI ELEMENTŮ IV.

Název akce: Element DŘEVO – Jarní detox - jak pohladit játra a žlučník

Termín: neděle 17. březen 2019, 9:00 – 12:00 hodin a 14:30 – 17:30 hodin

S sebou: pohodlné oblečení, jógamatka

Cena: 400,- Kč

Jaro je čas obnovy, vítání příležitostí a nových začátků. Tím, že tuto novou energii přivedeme na světlo světa, můžeme pustit všechno, co nám už více neslouží. V tradiční čínské medicíně každé roční období souvisí s některými orgány a jejich meridiány. Játra a žlučník jsou neaktivnější právě v období jara. Když se vychýlí z rovnováhy, můžeme pociťovat únavu, migrény, bolesti bederní páteře. Na emocionální úrovni může přispět k nevyrovnaným emocím, jako je hněv a frustrace.

Přijďte se dozvědět více, přijďte se inspirovat. Co všechno vás čeká?

- Charakteristika elementu Dřevo, dráhy jater a žlučníku.
- Co způsobuje jejich oslabení a co je naopak harmonizuje?
- Jak se nedostatek projevuje v našem emocionálním světě?
- Jin jóga a sestava na zprůchodnění životní energie.
- Speciální body, které nám pomohou překonat nástrahy.
- Seznámení s moxováním.

Seminář se skládá ze dvou částí: první cca 90 minut – se uvolníme v pozicích jin jógy a ve druhé se po krátké přestávce naučíme, jak pečovat o své tělo a emoce.

Doprovázet Vás bude **Silvia Kajanová**.

"Jin jóga byla moje Lásky na první pohled. Zamilovala jsem se do ní před lety na Bali. Pomohla mi najít cestu k sobě, k mému skutečnému já. Inspirovala k tomu, abych žila život svých snů, podle vlastních představ. Přivedla ke studiu tradiční čínské medicíny. Je toho hodně, za co jí vděčím. A ráda bych se o tuto vzácnou a léčivou sílu dělila s vámi. "

Přihlášky: www.joyoga.cz - REZERVACE (přes rozvrh v rezervačním systému

SuperSaas.cz: <http://www.supersaas.cz/schedule/joyoga/JOYoga>).

Po rezervaci Vám bude zaslán informační e-mail od joyoga@seznam.cz a výzva k úhradě.

Místo je rezervováno uhrazením celé částky převodem na č. účtu: 3007365073/0800.

Do poznámky uveďte své jméno, čas a datum akce.

Těšíme se na setkání s Vámi!

Silvia a Katka



Silvia Kajanová



Kateřina Nováková

