



# SYSTÉM UNIVERZÁLNE LIEČIVÉ TAO SLOVAKIA

pozýva všetkých záujemcov Taojogy na

## METODICKÝ KURZ ZÁKLADY I podľa najnovšieho učenia majstra Mantaka Chiu

Kurz predstavuje úvodné vnorenie sa do systému Univerzálne Liečivé Tao. Jedná sa o vstupný kurz do systému Taojogy podľa majstra Mantaka Chiu a je súčasťou školy Taojogy. Pomocou konceptu Tao začíname spoznávať naše orgány, energie, emócie, pocity, energetické centrá a učíme sa uvedomovať si čo sme, aké pochody sa v nás dejú, aké máme reakcie. Spoznanie cností a ako sa prejavujú v našich orgánoch tvoria praktický základ pri práci s emóciami. Aplikáciou techník budete plný energie, naučíte sa načerpať chýbajúce sily pre seba. Budete zdravší, pokojnejší, naučíte sa ako sa zbavovať toxínov z tela. Zmysel každej techniky bude podrobne vysvetlený z duchovného aj medicínskeho hľadiska.

### Na kurze absolvujete:

- **taoistickú omladzovacu masáž** vnútorných orgánov pre harmonizáciu trávenia, detoxikáciu, psychickú a fyzickú pohodu, zdravie, prekrvenie a budovanie kontaktu so svojim telom a orgánmi...
- **vnútorný harmonizujúci úsmev** do seba samého pre zvýšenie harmónie, úcty, vďačnosti, pokoja, trpezlivosti, sebavedomia, radosti a sebalásky a uvoľnenie nervovej sústavy
- **aktivizáciu Tantienu** – nášho streda, pocítenie vlastnej sily, zdroja, ustrednenia a stability
- **chrbticové dýchanie** – energetizácia a regenerácia chrbtice – zbavenie sa bolesti a únavy
- **brušné a reverzné dýchanie** – silné a efektívne rozprúdenie energie v bruchu, drieku a panve, odblokovanie negatívnych emócií
- **liečivé zvuky** na elimináciu a transformáciu negatívnych emócií, zbavenia sa napätia, horúčosti, nepríjemných pocitov a stresu
- **otváranie energetických centier** a ich harmonizáciu, precítenie; bude ukázaný konkrétny vplyv na emócie a pocity. Následne sa účastník zoznámi ako optimalizovať svoje centrá ako ich prepojiť, harmonizovať a ďalej spojiť s meridiánovým okruhom **Mikrokozmickej dráhy**, objaví jej význam pre psychiku, svoju ochranu, jednoduchého spôsobu ako riešiť svoj osud a psychické bloky a celkovú energiu človeka.



**Lektor: Ing. Jozef Neubauer**, medzinárodne certifikovaný inštruktor systému Univerzálne liečivé Tao, Taojoga sa venuje 7 rokov, absolvoval viactýždenné pobyty pod vedením majstra Mantak Chiu v Taogardene v Thajsku. Má skúsenosti z hathajogy, čung juan čchi kungu, reiki, zenových meditácií a Osho meditácií.

### Časový harmonogram kurzu:

#### **Sobota 8. December 2018 Základy I**

08 30 – 9 00 – Príchod , prezlieknutie a registrácia

9 00 – 12 00 – Základy Tao Teória a prax

12 00 – 13 30 – Obedná prestávka, relaxácia

13 30 – 17 00 – Základy Tao Teória a prax

17 00 – 17 30 – Zhrnutie a záver

**Cena kurzu: 50,- €**

V cene kurzu je zahrnutý teoretický výklad s prezentáciou, praktické techniky, metodická brožúra.

Miesto konania: **Hroncova ulica č. 1 v Košiciach v podnikateľskom centre na 3. posch., počet miest je obmedzený**

**Registrácia a platby:** Registrovať sa na kurz je potrebné mailom alebo telefonicky. Kurzovné sa platí na mieste. Je potrebné si so sebou doniesť pohodlné oblečenie, prezúvky, písacie potreby, niečo na pitie a dobrú náladu.

**Kontakt: 0904 413 095, [dodovitch@centrum.sk](mailto:dodovitch@centrum.sk)**

**[www.taojoga.sk](http://www.taojoga.sk)**