



## Prebudenie Liečivého Svetla v nás ZÁKLADY TAO – návrat k múdrosti tela

Termín:

sobota 16.3. – Základy Tao I

nedeľa 17.3. – Základy Tao II

Tento 2-dňový intenzívny workshop je základom celého systému Universal Healing Tao, známe tiež ako Taojoga alebo Liečivé Tao, ktorého tvorcom je Veľmajster Mantak Chia. Jedná sa o praktický systém taoistických techník a cvičení, vyvinutých v priebehu tisícok rokov, ktoré vedú k zreteľne lepšiemu zdraviu, emocionálnej pohode, zníženiu stresu a zvýšenej vitalite.

Prostredníctvom energetických a meditačných praktík Vás naučíme rozvíjať Vašu telesnú energiu, uvedomovať si, kedy strácate energiu, uvoľňovať napätie, zlepšovať si zdravie a prevenciu pred predčasným starnutím, vyhorením a vyčerpaním sa...

**V 1. časti kurzu Základy I** „Objavovanie vnútorného svetla v nás“ Vás naučíme základné nástroje pre transformáciu stresu vo vitalitu a kultiváciu energie chi. Ukážeme Vám postup ako otvoriť a spriechodniť energetické centrá a mikrokozmickú dráhu, ako vyčistiť vnútorné orgány od negativity a napätia pomocou 6 liečivých zvukov a ako energetizovať a harmonizovať váš celý nervový systém pomocou jedinečnej techniky - vnútorným úsmevom.

**V 2. časti kurzu Základy II** „Expanzia do priestoru“ sa zoznámime s vonkajšími silami a s technikami ako sa uzemniť pomocou zemskej energie, napojiť sa na kozmickú energiu a nebeské energie – Polárku a Veľkú medvedicu. Popri vyššie spomenutých technikách spoločne prejdeme celý rad ďalších jedinečných taoistických techník pre uzdravenie vašej fyzickej, emočnej i mentálnej úrovne.

**Komplet cena Základy Tao I+ II: 120 Eur**

**Kurzy je možné absolvovať aj jednotlivo: Základy Tao I - 80 Eur, Základy Tao II - 80 Eur**

**Kde: Kremnická 26, Bratislava**

**Lektorka:** Martina Medvecká - Certifikovaná inštruktorka Universal Healing Tao Europe so 16 ročnou praxou.

Časový harmonogram:

Sobota:

9:15 – 9:30 Registrácia

9:30 – 13:00 teória a prax

13:00 – 14:30 obed

14:30 – 17:30 teória a prax

Nedeľa

9:00 – 12:00 teória a prax

12:00 - 13:30 – obed

13:30 – max 17:00 teória a prax

**Zaregistrujte sa mailom alebo telefonicky a platbu kurzovného pošlite na nižšie uvedený účet, najneskôr 3 dni pred konaním kurzu! Kontakt: Medvecká Martina Mgr., mobil: +421 917 974 551, e-mail: taojogask@gmail.com**

**Názov bankového účtu:** Martina Medvecká

číslo účtu: SK641100000002926893163

Kód banky 1100 – Tatrabanka

do poznámky uviesť meno účastníka a Základy Tao



*Teším sa na spoločné stretnutie ☺ Martina*