



„ POZNAJ SIEBIE”

WAKACJE Z ROZWOJEM OSOBISTYM

w Ustroniu - Jaszowcu

Tygodniowe wczasy edukacyjne,
harmonizujące 3 najważniejsze sfery życiowe :

UMYSŁ : warsztaty medytacyjno - rozwojowe, wykłady i praktyczne
ćwiczenia kształtowanie świadomości, praca z emocjami

DUCH : bioenergetyczne aspekty przestrzeni i czasu, praktyczne
podejście do tematu zarządzania czasem i energią

CIAŁO : zajęcia ruchowe - rozwój świadomości ciała, kształtowanie
ciała, energia, dużo zabawy oraz relaks po „ciężkiej” pracy ;-)

od 21 do 29 lipca 2012 r.

Ustroń - Jaszowiec, ośrodek wypoczynkowy LEŚNIK

Prowadzący :

Maria Kerth – psycholog, terapeuta

Iwona Grzesicka -trener rozwoju osobistego

Monika Borchulska – fizjoterapeutka, instruktor fitness

1450 zł (noclegi, wyżywienie, pełny program)

Szczegółowe informacje i zapisy pod numerem tel : **606608723**
oraz adres e-mail: ancynamona@gmail.com lub melesb@wp.pl