

Vas poziva na radionicu:

MIND & BODY ENERGY BALANCE VIKEND



- ✓ *Dosta Vam je posla, obveza, šefa...?*
- ✓ *Umorni ste od jurcanja, utrke sa vremenom, svakodnevni ritam Vas iscrpljuje?*
- ✓ *Bojite se da će Vam stvari izmaći kontroli i čini vam se da je burn-out pred vratima...?*

I govorite sebi: samo kad se dogodi „nešto“, pa ćete vi onda biti smireniji, opušteniji... A to „nešto“ nikako da se dogodi, zar ne?

I znate da je „SVE U GLAVI“ samo ne znate KAKO promijeniti?

Ako ste na sva pitanja odgovorili potvrdno, kreirali smo program baš za Vas i za sve one koji se žele posvetiti sami sebi i darovati si poklon koji će moći koristiti kad god je potrebno...

O radionici:

U okruženju netaknute prirode, zelenila, mira i tišine, ljekovitih termalnih voda vodimo Vas kroz otkrivanje tajni uranjanja u bezgranični potencijal i moć nesvjesnog uma.

Iskustvena i praktična radionica koja je:

- zabavna i kreativna
- praktična i lako primjenjiva
- usvojeno znanje traje i traje i traje.....



Kotizacija:

1.490,00 kn + PDV za uplate do 31.10.2011.

1.850,00 kn + PDV za uplate 01.11.-17.11.2011.

U cijenu kotizacije je uključen smještaj u objektu Mirna, od petka 18.11. do nedjelje ujutro, 20.11.2011., večera u petak, polupansion u subotu, doručak u nedjelju 20.11.2011.

Prijava:

GSM: 091 / 5322 107, dragana@prosperita.hr

Istarske Toplice, objekt Mirna 18.- 20. studeni 2011.

Sadržaj:

- moć negativnih misli u našem životu – naučite kako prekinuti i upravljati negativnim mislima/ unutarnji dijalog
- CHI BALL naučite kreirati kako se osjećati u specifičnoj situaciji na željeni način
- tehnika UM SPIN RELAX- trominutna uspostava kontrole nad samim sobom - omogućava upravljanje stresom u svakodnevnim poslovnim situacijama
- tehnika "Zaustavi svijet"
- naučite svakodnevne vježbe istezanja i opuštanja uz kategorije Virginije Satir
- tehnika break board – vještina slamanja daske rukom po receptu vrhunskih majstora borilačkih vještina
- zabava uz glazbu
- izlet u Motovun
- iznenađenje

Program:

Petak, 18.11.2011.

dolazak i prijava

- 19:35 okupljanje organizatora i sudionika
- 20.00 pozdravna riječ i zajednička večera

Subota, 19.11.2011.

- 10.00 – 11.30 predavanja/vježbe
- 11.30 – 12.00 pauza za kavu
- 12.00 – 13.30 predavanja/ vježbe
- 13.30 – 14.00 pauza za kavu
- 14.00 – 15.30 predavanja/ vježbe
- 16.30 izlet u Motovun
- 20.00 večera
- 21.00 zabava uz glazbu

Nedjelja, 20.11.2011.

/check out/

- 10.00 - 13.00 vježbanje/ slamanje daske
- 13.00 odlazak