

курс ЙОГИ «Дыхание жизни»

Минск, Беларусь

Наш курс рассчитан на всех кто :

- заботится о своем физическом , психическом и духовном здоровье;
- хочет разобраться в своем внутреннем мире;
- улучшить свою жизнь и отношение с окружающими людьми;
- научится контролировать свои эмоции , поступки и распоряжаться внутренними ресурсами организма;
- дарить радость и заряд позитивной энергии

Используемые техники курса:

- Йога
- Дыхательные упражнения и методики
- Техники расслабления и контроль эмоций
- Медитация
- Знание о здоровом образе жизни

Йога – это не только физические упражнения, это философия жизни, это оздоровление и омоложение организма, расслабление ума и тела, выведение шлаков, токсинов, нормализация дыхания, потоотделение, пищеварение, ассимиляции, мочеиспускания и дефекации, преодоления усталости и снятию стресса.

Обучение проводит мастер с 12 летним опытом, ученик и последователь легендарного Шри Шри Рави Шанкара (духовный и гуманитарный лидер в Индии). Он поделится с Вами бесценными знаниями и поможет самостоятельно осознать ценности, найти ответы на многие вопросы, обрести гармонию с окружающим миром.

Курс не оставит никого равнодушным , не отнимет много, наполнит Вашу жизнь новыми ощущениями и желанием развиваться!

После окончания Вы можете заниматься дома самостоятельно либо приходить на дополнительные занятия (1 раз в 2 недели) для эффективности и поддержания знаний, а также получения новой, ценной информации. Как дополнительное преимущество Вам будет вручен сертификат .

Цена: Договорная

Тип объявления:
Услуги, предлагаю

Торг: --

Марина Марина

+375 (29) 5-001-001