

Life Balancing Retreat

Dzień 1 poniedziałek	
8.00-9.00	Rejestracja i zameldowanie w pokojach
8.30-9.00	Śniadanie
10.00-11.30 11.30-12.00	OBECNOŚĆ OBOWIĄZKOWA Otwarcie programu. Wykład <i>Holistyczne podejście do oczyszczania</i> dr Preeti Agrawal ; Wprowadzenie do zasad detoksu i rozmowa o odżywianiu A. Burzyńska
12.00-13.00	Czas na zabiegi, terapie, relaks
13.00-13.30	Przerwa obiadowa
13.30-16.00	Czas na zabiegi, terapie, relaks
16.00-17.00	Nauka świadomego oddychania A. Burzyńska
18.00-18.30	Kolacja
18.30-20.00	Warsztat psychologiczny M. Anuszkiewicz

Dzień 2 wtorek	
6.10-7.10 7.15-8.00	Uwolnij swój gniew J. Rybacka Gimnastyka, ścieżka zdrowia, oddychanie J. Rybacka
8.30-9.00	Śniadanie
9.00-10.00	Trening uważności T. Wolak
10.00-13.00	Czas na zabiegi, terapie i relaks
13.00-13.30	Przerwa obiadowa
13.30-16.00	Czas na zabiegi, terapie i relaks
16.00-17.00	Świadomość ciała podczas holistycznego oczyszczania A. Magda
17.00-18.00	Czas na zabiegi, terapie i relaks
18.00-18.30	Kolacja
18.45-20.15	Arteterapia M. Anuszkiewicz

Dzień 3 środa	
6.10 6.15-7.30	Zbiórka na sali rozwoju A. Magda, A. Burzyńska Medytacja dr Preeti Agrawal
7.45-8.30	Poranna gimnastyka A. Magda
8.30-9.00	Śniadanie
9.00-13.00	Czas na zabiegi, terapie i relaks
13.10-14.00	Obiad Mindfulness A. Burzyńska
14.00-16.00	Czas na zabiegi, terapie i relaks
16.15-18.15	Warsztat z automasażu H. Seńczuk
18.00-18.30	Kolacja
18.30-20.30	Warsztat psychologiczny M. Anuszkiewicz

Dzień 4 czwartek	
6.10 6.15-7.30	Zbiórka na sali rozwoju J. Rybacka Medytacja dr Preeti Agrawal
7.45-8.30	Gimnastyka, ścieżka zdrowia, oddychanie J. Rybacka
8.30-9.00	Śniadanie
9.00-11.00	Przerwa na zabiegi, terapie i relaks
11.00-12.00	Joga relaksacyjna A. Magda
13.00-14.00	Przerwa obiadowa, zasady wychodzenia z detoksu A. Burzyńska
14.00-16.00	Przerwa na zabiegi, terapie i relaks
16.15-18.15	Uwalniająca sesja oddechowa A. Burzyńska asysta J. Rybacka
18.30-19.00	Kolacja
19.15-20.15	Taniec intuicyjny J. Rybacka

Dzień 5 piątek	
7.15-8.30	Gimnastyka, ścieżka zdrowia i medytacyjna J. Rybacka
8.30-9.00	Śniadanie
9.00-13.30	Przerwa na zabiegi, terapie i relaks
13.30-14.00	Przerwa obiadowa
14.00-16.00	Przerwa na zabiegi, terapie i relaks
16.15-17.45	Warsztat <i>Zęby jako zwierciadło stanu wewnętrznych organów</i> H. Seńczuk
18.00-18.30	Kolacja
19.00-20.15	Ceremonia zamykająca, Evening Meditation dr Preeti Agrawal, A. Magda

Dzień 6 sobota	
6.30-8.30	Gimnastyka, ścieżka zdrowia, oddychanie J. Rybacka
8.30-9.00	Śniadanie
9.00-13.00	Przerwa na zabiegi, terapie i relaks
13.00-14.00	Obiad

Serdecznie zapraszamy wszystkich uczestników na warsztat ustawieniowy Anny Staszek
Choroba drogą do uzdrowienia, w sobotę od godziny 11:30 do 17:30
Cena promocyjna dla uczestników programu wynosi 350 zł

Prosimy o wcześniejsze zapisy w recepcji.