

VABLJENE NA REDNO LETNO VADBO

PETIH ZDRAVILNIH ZVOKOV

s pričetkom v **četrtek 5.10.2017 ob 19h**

Pet zdravilnih zvokov je več tisoč let stara vadba, ki je del Chi Gong vadbe za zdravje in dolgoživost ter je primerna za vse starostne skupine **žensk**. Predznanje ni potrebno. Vadba je **lahka** za izvedbo, prinaša pa blagodejne učinke samozdravljenja. Očiščuje telo strupov, nas osrediči ter pripomore, da naša čustva z lahkoto tečejo v krogu med petimi notranjimi organi. Opogumi nas in vzpodbudi delovanje v novem znanju in zdravju, ki ga bom med vas delila Feng Shui svetovalka in učiteljica celostne poti, Irena Erjavec. Vadile bomo tudi prebujanje ženskih vrlin mehko, milino, nežnosti in vadbo Osmih brokatov. Vsako tretjo sredo v mesecu pa se po vadbi posvetimo še 20 minutni meditaciji.

Jesen je tukaj, tako se bomo v tem letnem času, ko pobiramo pridelke, najprej dotaknile pljuč, saj jih ta letni čas najbolj podpira. Ozavestile ter odklenile skrite potenciale poguma, odločnosti in discipline, ki nam jih nudijo zdrava pljuča. Iz njih pa bomo oddale nezdrave navade, kot so žalost in stiska. Notranjih organov pa je pet, zato se bomo na vadbi naučile vseh pet zdravilnih zvokov, podpornih čustev in pripadajočih gibov. S tem si bomo same ponastavile življenje in zdravje, da nam bo teklo v obilju in harmoniji.



IRENA ERJAVEC
Feng Shui • BaZi • Izobraževanje

Vabljene k prisotnosti zdravja, Irena Erjavec

www.irenaerjavec.si

KJE: **NOVA OŠ VALENTIN VODNIK**
Adamičeva ul. 16, Ljubljana

KDAJ: **VSAK ČETRTEK 19:00 - 19:45**
razred št. 70 od vhoda levo

PRIJAVE: ireni.erjavec@gmail.com ali
tel.: 051 239 453

KOLIKO: Mesečna vadba 26,00 €
(4 x 6,50 EUR)

Posamična vadba je 7,00€.
Prinesite podlago, deko, vzglavnik in vodo.

