

PREDELUT, ZARNESTI

Str. Tohanita, jud. Brasov

Cea mai inspirată alegere, în această vară, - „Pensiunea Tohănița”

INVITATIE LA TABARA DE RELAXARE SI DE EXPLORARE

A STIINTEI MINTE-CORP SUFLET

Vă invităm să încercați de această dată explorarea naturii prin integrarea pulsului și ritmului vesnic al curgerii universale. Zidită înainte de toate, înțelepciunea minții, se regăsește în gândurile tainice ale naturii.

Haideți să le descoperim, în mijlocul unei naturi paradiziace, căci sufletul nostru are nevoie să-și reamintească cine este cu adevărat.

Astfel, alături de psihoterapeutul Banica Ecaterinași profesorul , maestru de Reiki, Mariana Șerban veți petrece momente frumoase de relaxare cu ajutorul terapiei moderne prin: tehnici de meditație, respirație, energizare, creștere individuală, în relații și psihoterapie.

Intr-un peisaj magnific, plin de lumina și culoare ai muntelui Bucegi, înconjurată de aroma coniferelor, susținută de cerul deschis și crestele molcome ale muntelui, va așteptăm să petreceți alături de noi.

Tabara este recomandată persoanelor adulte și cuplurilor.

Activitățile desfășurate vor fi:

- 1) Armonizarea fluxului nostru biologic la fluxul și darurile naturii prin cele 5 simțuri.
- 2) Descoperirea acelor vibrații și tonalități muzicale care încarcă energetic și care au efecte de revigorare a fiziologiei umane.
- 3) Exerciții fizice tip YOGA specifice pentru tipurile de disfuncții organice.
- 4) Exerciții de integrare neurorespiratorie.
- 5) Tehnici de meditație.
- 6) Psihoterapie individuală și de grup, pentru resemnificarea traumelor și diferitelor experiențe de viață.

Avantaje:

- dezvoltarea si conducerea resurselor personale
- dezvoltare personala - fizic, social si spiritual
- activarea inteligentei si a intregului potential uman
- dezvoltarea capacitatii noastre de constienta.

Calendarul taberei:

Tabara dureaza 6 zile si se va desfasura in perioada

19 - 25 august 2016

Data limita de inscriere: 17 august 2016

Inscrierile se vor face la adresa de e-mail: **monalpin@yahoo.ro**

Grup tinta: **20 persoane**

Locul de desfasurare: Pensiunea Tohanita, Zarnesti, str. Tohanita

Costul unui sejur este de 1.275 lei/pers si include cazare, mancare (mic dejun, pranz si cina) si activitati terapeutice.

Program de desfasurare:

Ora 7,30 - 9 mic dejun

Ora 9 - 9,30 relaxare

Ora 9,30 - 12,30 activitati terapeutice

Ora 12,30 -13 relaxare

Ora 13 - 14 pranz

Ora 14 - 15,30 relaxare

Ora 15,30 - 18,30 activitati terapeutice

Ora 18,30 - 19,30 cina

Ora 19,30 - 22 activitati de creativitate si relaxare

Activitatile terapeutice vor fi adaptate in functie de nevoile grupului.

Optează pentru o astfel de vacanță, la Pensiunea Tohănița, zonă ferită de aglomerația turiștilor, în apropiere de Bran, loc de istorie și legendă, unde clima temperat continentală cu influențe montane oferă privilegiul conectării cu elementele naturii, cu sacralitatea

Prezentare servicii de care puteti beneficia in cadrul "PENSIUNII TOHANITA"

Intr-un peisaj magnific, plin de lumina si culoare ai muntilor Bucegi, inconjurata de aroma coniferelor, sustinuta de cerul deschis si crestele molcome ale muntelui, va asteptam sa petreceti alaturi de noi,(echipa P.T.), programele de relaxare, crestere individuala si in relatii, precum si adoptarea unui nou stil de viata pe care vi-l propunem, pe grupe specifice pentru: adolescenti, adulti si cupluri, pe perioade determinate de cate 7 zile.

Programele vor cuprinde:

- Armonizarea fluxului nostru biologic, la fluxul si darurile naturii prin cele 5 simturi.*
- Descoperirea acelor vibratii si tonalitati muzicale care va incarca energetic si care au efecte de revigorare a fiziologiei voastre.*
- Exercitii fizice tip YOGA specifice pentru tipurile de disfunctii organice.*
- Exercitii de integrare neurorespiratorie.*
- Tehnici de meditatie.*
- Psihoterapie individuala si de grup, pentru resemnificarea traumelor si diferitelor experiente de viata.*
- Facultativ,(participarea la atelierul de creativitate prin initiere in tehnica colajului)*

*Va multumim pentru atentionia pe care ati acordat-o prezentarii noastre si,
VA ASTEPTAM CU DRAG!*