



UCIELEŚNIENIE

WARSZTAT 5 RYTMÓW 25-27 LUTY
CHRIS CONNORS
FALA - KATARZYNA PUGOWSKA

UCIELEŚNIENIE

Warsztat 5Rytmów

26-27 luty 2011

Chris Connors

25 luty Fala

Katarzyna Pugowska

Ruch jest prostym, lecz potężnym narzędziem w drodze do połączenia się, zasilenia i rozświetlenia całej swojej istoty.

Ruch jest skutecznym lekarstwem, które prowadzi do otworzenia się, uspokojenia umysłu i odkrycia głębszych, fascynujących obszarów tego, kim naprawdę jesteśmy.

Jeżeli „Twoje Ciało jest Twoją świątynią”, to Ucieleśnienie będzie spotkaniem Twoich wewnętrznych postaci podczas świętej ceremonii, poprzez głęboką modlitwę aż do dzikiego świętowania.

Warsztat Chrisa Connors'a zaprasza nas do dwu dniowej podróży w oparciu o mapę 5 rytmów stworzoną przez Gabrielle Roth. Poprowadzi nas tak, abyśmy poprzez stopy odnaleźli ziemię, pozwolili sobie odczuć stan, w którym jesteśmy, bez względu na to jaki on jest, zrzucili z siebie stare wzorce, które już nam nie służą, rozniecili wewnętrzne światło i wkroczyli w rozległy, bogatszy wewnętrzny krajobraz.

Będziemy pracować z podstawami praktyki 5 rytmów, czyli z przepływem, stacatto, chaosem, liryką i ciszą. Czasem zatrzymamy się, aby w kreatywnej odmianie odkryć jak nasza intuicja i spontaniczność żyją w nas samych.

Zaproś więc swoje wewnętrzne postacie, swoje najskrytsze intencje, najśmielsze marzenia, swoją twórczą ciekawość, aby pojawiły się, pozwoliły się wytańczyć, aby się poruszyły i zostały poruszone.

Chris Connors jest akredytowanym nauczycielem 5 rytmów i certyfikowanym terapeutą terapii skoncentrowanej na kliencie. Jako dyrektor kreatywny poszukuje świadomych, trwałych, inspirujących rozwiązań dla firm na poziomie środowiskowym, społecznym i ekonomicznym.

Jest również mentorem i coachem dla młodych utalentowanych projektujących ludzi w Londynie i Nowym Jorku.

W piątkowy wieczór falę poprowadzi Katarzyna Pugowska. Możesz spędzić z nami jedynie te trzy godziny, bądź zdecydować się na cały warsztat razem z falą. Katarzyna Pugowska tańczy pięć rytmów od ponad 11 lat, obecnie jest w trakcie treningu nauczycielskiego.

Czas: 26-27 luty, piątek 19:00-22:00, sobota 11:00-18:00, niedziela 10:00-17:00

Miejsce: Łódź ul. Nowopolska 12/14

Koszt warsztatu: 380zł (warsztat i piątkowy wieczór z falą),
360 zł (uczestnictwo w samym warsztacie),
60 zł (uczestnictwo jedynie podczas wieczoru z falą)

zaliczka w kwocie 100 zł płatna do 15 lutego, na konto:

Monika Kalinowska-Cisło 97 1140 2004 0000 3402 4434 3749 mBank.

Wpłata zaliczki jest równoznaczna z rezerwacją miejsca.

Po przesłaniu zaliczki prosimy o przesłanie maila, tak abyśmy mogły potwierdzić rezerwację.

Kontakt do nas:

Monika Kalinowska- Cisło 603 333 936, e-mail: m.kalinowska@alea.dot.pl

Katarzyna Pugowska, e-mail: kpugowska@interia.pl