

stabilita, mobilita, prosperita ...
... vědomá práce se **svaly pánve**



v pánvi
v pánvi
v pánvi

Integrace tělesná, emoční a vztahová

Postupy, v kterých se setkává západní fyzioterapie s cvičebními systémy východu, budeme navracet funkčnost našemu pánevnímu dnu, v důsledku pak celé hluboké stabilizační soustavě.

Technikami na tělo orientovaných psychoterapií budeme prohlubovat naše emočně tělesné propojení, obnovovat naši celistvost a tím se otvírat pro ukotvené vztahování se.

Dobrá kondice svalů pánevního dna je podmínkou pro lehkost naší chůze i stabilitu, bezbolestnost v pánvi, bedrech, krční páteři, též pro urologické, gynekologické zdraví, hormonální rovnováhu a obecně zdraví ženských a mužských orgánů pánve. Odráží se v naší emoční vyrovnanosti, vitalitě, seberealizaci, vztazích.

Oživení svalů pánve je často účinná alternativa kanalketikům, antidepressivům a mnohým operacím.

Soustředěnou práci s naším tělem a emocemi budeme vyvažovat chvílemi v tiché panenské přírodě obklopující Královácký dvorec, sdílením a komunikací v polaritě mužského a ženského prožívání.

23.-25.6. - Královácký dvorec BUSIL na Šumavě

Víkendový kurz věnovaný pánvi, orgánům pánve, pánevnímu dnu
v nádherném prostředí Šumavského králováckého dvorce Busil

PROGRAM ... v páncvi

Pátek	
18:00	lehká večeře
19:00 - 21:00	úvodní kruh
Sobota	
9:00 - 13:00	trocha teorie a hodně práce se svaly páncve
13:00 - 14:00	oběd
14:00 - 16:00	samota + mužský a ženský kruh
16:30 - 19:00	práce s emocemi páncve
19:00	večeře
20:00 - 21:00	společný mužsko/ženský kruh
Neděle	
9:00 - 12:00	aktivity k integraci získaného
12:00	oběd
13:00 - 15:00	sdílení

Organizační pokyny

Cena - 4.840,- Kč

v ceně je zahrnuto:
kurzovné, ubytování, strava

Místo kurzu:
Královácký dvorec Busil, Hartmanice

Čas příjezdu:
pátek 23.6. 17:00

Čas odjezdu:
neděle 25.6. 16:00

adresa pro objednávky:
Center for Innovative Learning, s.r.o.
Svinětice 58, 387 73 Bavorov
tel.: 774 021 353, mail: petr.hynek@gmail.com

Vaše pánev, když o ní víte, jste s ní, je parták k nezaplacení!
Podrží vás - bude vaší kotvou na rozbouřeném moři,
záchranným lanem při balancování nad propastí.
Podpoří vás - bude generátorem energie při vašich vysokohorských výstupech.
Poradí vám - když budete tápat, hledat kam a jak.

Jen, kudy k ní? Jak se s ní propojit?
... techniky, praktická cvičení, způsoby realizace v každodennosti

Mgr. Dana Buriánová
Jsem žena, člověk, jeden z nás.

Miluji objevování a zažívání.
Můj život je kaskádou průzkumných expedic do nitra záhady "Human".

Při své lektorské práci syntetizuji pohled a techniky fyzioterapie (fyzioterapie funkce dle prof. Lewita), na tělo orientovaných psychoterapií (bioenergetika, focusing), mindfulness, konfrontuji je s životní zkušeností.

Vedu k sebevímání a učení se vlastním poznáním, dávám prostor pro jedinečnost.

Ráda se setkávám. Žiji, pracuji v Beskydech a v Praze.

Petr Hynek
věčně tápající, věčně chybující, věčně hledající ...

Miluji život, jsem lektor, motivátor, kouč nebo průvodce s darem otevírat ve vás podvědomá témata. Více jak deset let se věnuji vzdělávání, osobnímu rozvoji, vztahům mužů a žen, práci s tělem

Vedu k sebevímání a učení se vlastním poznáním, dávám prostor pro jedinečnost.

Rád jsem v tichu i se rád setkávám. Žiji, pracuji na Šumavě, odkud vyrážím do celého světa