

DOTEK A VŮNĚ

**Celodenní praktický seminář
s výukou základních principů
celostní smyslné masáže
a výroby masážního
tělového oleje.**

Kdy: 26. 9. 2020, 8:30–16:00 hod.

Kde: Relax Centrum Třinec

*Otevřete se doteku, hýčkejte své tělo
a pohladejte svou duši...*

*Nasedněte s námi na vlnu vůní eterických
olejů a vyrobte si masážní tělový olej -
čistý originál přímo pro vás.*



Těší se na vás lektorky Lucie a Renáta.

CO VŠE SE BUDE DÍT:

- Rozproudíme se rozcvičkou Borise Tichanovského, naučíme se nepostradatelnou automasáž, naladíme se na masáže ve dvou, povíme si, proč jsou důležité vědomé doteky v každodenní péči, na co je fajn myslet, když masáž provádíme, jak dávat a přijímat a spoustu dalších informací.
- Vše si prakticky vyzkoušíme sami na sobě, ponoříme se jak do intenzivního prožitku doteku, tak do výroby přírodní kosmetiky, namícháme si masážní tělový olej – vše na míru vám a vašim smyslům. Odnesete si praktický manuál s postupem masáže a výroby oleje.

CO SE NAUČÍTE:

- Jak využít léčivou sílu doteků pro sebe a druhé.
- Praktický nácvik celostní masáže a figle pro hluboké uvolnění těla i mysli.
- Výroba masážního oleje.

PS:

- Určeno pro jednotlivce i páry.
- Nejedná se o intimní masáže, vše probíhá v bezpečném příjemném prostředí a atmosféře.
- Součástí je oběd, pitný režim a občerstvení, a třešnička na konec – luxusní individuální wellness se zvýhodněným vstupným :-)
- (není zahrnuto v ceně semináře)
- S sebou pohodlné oblečení, sarong, poznámkový blok.



PROGRAM:

8:30	PREZENTACE
9:00–10:30	VÝROBA MASÁŽNÍHO OLEJE (povídání o nosných olejích, eterické oleje pro svalový aparát a uvolnění, principy míchání)
10:45–11:00	zkrácená ROZCVÍČKA podle Borise Tichanovského – naladění se na své tělo, pro lepší prožívání
11:00–12:30	MASÁŽ – I. BLOK
12:45	OBĚD
13:30–16:00	MASÁŽ – II. BLOK