

Studio Pilatesa DIAMOND zaprasza na

Warsztaty SHIATSU

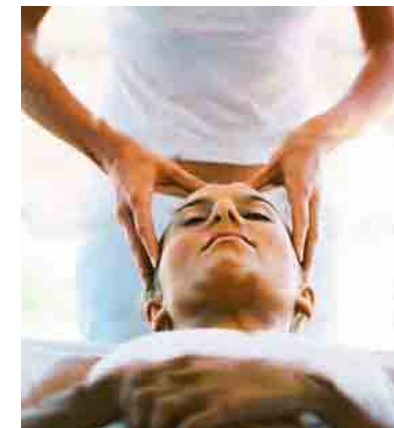


Shiatsu jest starożytną sztuką uzdrawiania dotykiem pochodzącą z Japonii, opartą na zasadach medycyny chińskiej, zwaną „akupunkturą bez igieł”. Celem terapii shiatsu jest harmonizowanie przepływu energii w naszym ciele poprzez dotyk- energii yin i yang, sił nieba i ziemi płynących przez ciało pacjenta i terapeuty.

Metoda SHIATSU jest skuteczna w wielu dolegliwościach, m.in.:

- bóle kręgosłupa
- depresja
- zaburzenia trawienne
- otyłość

Warsztaty poprowadzi **Andrzej Turczynowicz**, absolwent Międzynarodowej Szkoły Shiatsu w Kiental oraz Instytutu Kushiego w Londynie, założyciel Polskiej Fundacji Makrobiotycznej. Prowadzi warsztaty shiatsu, praktyki, sesje indywidualne i konsultacje z dziedziny makrobiotyki.



Program warsztatów:

- nauka shiatsu w pozycji siedzącej i leżącej
- zasady wykonywania zabiegu
- techniki rozluźniające
- wprowadzenie do teorii yin-yang
- meridiany i najważniejsze akupunkty
- gimnastyka do-in (automasaż)
- ćwiczenia oddechowe
- ćwiczenia praktyczne

Termin: 20-21 listopada 2010; sobota godz. 13.00-19.00 (20.00), niedziela godz. 10.00-16.00 (17.00)

Miejsce: Studio Pilatesa DIAMOND, Warszawa ul. Powsińska 106

Koszt: 430 zł

10% rabatu dla osób, które zapłacą za warsztaty do 20 października 2010!

Rezerwacji miejsca można dokonać w recepcji Studia pod numerem telefonu: 22 3314495 bądź mailowo: diamondstudio@diamondstudio.pl

Warunkiem rezerwacji miejsca na warsztatach jest wpłata zaliczki w wysokości 200 zł do 10 listopada 2010 w recepcji Studia.

Serdecznie zapraszamy!