

STUDIO 108

Dünaamiline meditatsioon koos Nandi Devariga



20. - 21. märts 2010

Aeg: kell 10:00 – 12:30 ja 13:30 – 16:00

Koht: Studio108, Narva mnt 9a, 6. korrus

Juhendaja: Nandi Devar (Saksamaa/Eesti)

Hind: 550.- krooni

Kursuse sisu:

Dünaamiline meditatsioon on juhendatud meditatsioon, mida tehakse nii liikudes kui ka paigal olles.

Intensiivne meditatsioonikursus:

- aitab mõista oma sisemaailma toiminguid,
- viib sujuvalt läbi alateadvuse keerdkäikude ja aitab kogeda üliteadvuse olemust,
- on tervendav protsess, mille käigus vabanevad sügavad sisemised pinged.

Õppides, kuidas keskenduda ja mediteerida samaaegselt energetiseerivaid liigutusi ja harjutusi tehes, annad endale võimaluse rikastada oma igapäevaelu selgest meelest ja heast keskendumisest tuleva väega.

Registreerumine ja osalustasu:

Kursuse tasu ühele osalejale **550.- krooni**. Registreerumiseks palume saata osalussooviga e-kiri aadressile **info@studio108.ee** ja tasuda **ettemaks 150.- krooni** A-T Disain OÜ arveldusarvele Nordea pangas: 17000970107, märksõnaga „Dünaamiline meditatsioon“. Ülejäänud osalustasu saab maksta kohapeal sularahas.

NB! Lõunasöök ei kuulu hinna sisse. Lõunapausi ajal saab käia lähiumbruse söögikohtades.

Lisainformatsioon:

Kursus toimub inglise keeles tõlkega eesti keelde.

Selga või kaasa vabalt liikumist ja mugavalt istumist võimaldavad riided.