

MUZIKOTERAPEUTICKÁ RELAXACE



Přijďte se uvolnit a ponořit se do léčivé hudby pomocí nástrojů s přirozeným laděním (bubny, brumle, koncovka, tibecká a křišťálová mísa, RAV Vast , zvonkohry KOSHI apod....) Jejich zvuky a vibrace uvádí nejen do stavu meditace, ale léčivě harmonizují všechny naše části: tělo, psychiku, emoce a ducha. Rozpouští energetické bloky, učí nás hluboce vnímat sebe sama, relaxovat, meditovat

Celostní muzikoterapie působí vždy komplexně na fyzickou, psychickou, emoční, sociální, energetickou, duševní a duchovní složku lidského bytí. Zrovna tak jsou komplexní její účinky.

Kde: Komunitní centrum ve Zvoli , Zvole 82 - vstup brankou v zatáčce vlevo od kostela

Kdy: úterý 21.3.2023, 19:45 – cca 21:15 hod

Relaxace probíhá vleže na zemi. S sebou si vezměte silnější karimatku na pohodlné ležení a deku či spacák na přikrytí, vhodný je i malý polštářek a volný oděv.

Doporučený příspěvek: dospělí 100Kč, senioři, děti a studenti polovic

Ve spolupráci se Spolkem Zvolská 4 vás srdečně zve

Miroslav Šebesta

Mob:603 881 319

Člen Evropské Asociace Celostní Muzikoterapie

