



ENERGY FIT
retreat



PROGRAM

Fruška Gora, imanje Jandala

24, 25 i 26. jul



ENERGY FIT

retreat PROGRAM

Dan 1. / 24. jul

14:00 - Check in na imanju "Jandala"

15:00 - Ručak

16:00 - 18:00 - Prvi blok

- Uvod i upoznavanje učesnika

- Predstavljanje Energy Fit koncepta

18:00 - 18:15 - Pauza za kafu

18:15 - 19:00 - Drugi blok

- Identifikacija telesnih signala: Šta nam telo poručuje?

- Otkrivanje porekla i uzroka signala (simptoma)

20:00 - 21:00 - Večera

21:00 - Projekcija filma

Dan 2. / 25. jul

06:00 - Pozdrav Suncu i meditacija sa Lavom u velikoj sali (prisustvo nije obavezno)

08:00 - 09:00 - Grupni trening sa Darkom u velikoj sali (prisustvo nije obavezno)

09:00 - 10:00 - Doručak

10:00 - 12:00 - Prvi blok

Gost predavač Tatjana Popović, sertifikovani Healt Coach:

Ishrana - pozitivne strane dobro planirane ishrane, obroci, balansiranje ishrane, Projekat uspešnog regulisanja telesne mase

12:00 - 12:15 - Pauza za kafu

12:15 - 13:30 - Drugi blok

- Genetski kod / nasleđeni programi

- Izgradnja porodičnog stabla kroz pretke. Koje osobine i uverenja smo preuzeli?

13:30 - 14:30 - Ručak





retreat **PROGRAM**

Dan 2. / 25. jul

14:30 - 16:00 - Treći blok

- Inicijacija: Promena genetskih programa u cilju isceljenja tela i partnerskih odnosa

16:30 - 18:00

Predavanje o emocijama:

- Emocionalno - fizički balans
- Koje emocije imamo i čemu služe?
- Otkrivanje i kanalisanje svih emocija koje ne možemo da ispoljimo

18:30 - 21:00 - Slobodno vreme, druženje, odmor, uživanje

20:00 - 21:00 - Večera

21:00 - Zajedničko večernje druženje

Dan 3. / 26. jul

06:00 - Pozdrav suncu i meditacija sa Lavom

08:00 - 09:00 - Grupni trening sa Darkom

09:00 - 10:00 - Doručak

10:00 - 12:00 - Prvi blok

- Strategije uspešnih partnerskih odnosa
- Kako postaviti nove strategije i ponašanja da biste dobili novi rezultat?

12:00 - 12:15 - Pauza za kafu

12:15 - 13:30 - Drugi blok

- Izgradnja novih životnih programa za partnerske odnose

13:30 - 14:30 - Ručak

14:30 - 16:00 - Treći blok

- Meditacija za balans muško-ženske energije

16:00 - 16:30 - Integracija retreat-a

16.30 - Povratak kući





ENERGY FIT

retreat

Fruška Gora - Imanje "Jandala" 24, 25 i 26. jul 2020.

VAŽNE INFORMACIJE:

Moguće su blage korekcije programa o čemu će vas organizator blagovremeno obavestiti.

Preporučujemo da na imanje stignete najkasnije do 13.30h kako biste na vreme mogli da se smestite u svoju sobu.

Imanje se nalazi na putu između Beograda i Novog Sada blizu mosta Beška, samo 8km od autoputa.

Adresa: Vikend naselje Jandala 1000, 22325 Krčedin, Srbija

Za sve dodatne informacije kontaktirajte nas putem mejla

- info@nlpenergyhouse.com

- i na broj telefona 069 15 25 888 (Ana Petrović)

DOBRO NAM DOŠLI!

