

Veliki pozdrav svim ljubiteljima Či GONGA

Želeo biha da pozovem sve zainteresovane koji bi želeli da nauče ili da prodube svoja znanja vezana za Či I Či Gong da nam se pridruže na Seminaru Či Gong koji se održava se od 10-12 Decembra na Fruškoj Gori.

Program Seminara Či Gong

U prijatnom ambijentu Fruške Gore kreiraću specifično Či –Energetsko polje koje će nam pomoći u učenju Či Gong I savladjivanju raznih zdravstvenih problema. Vežbe će biti prilagođene polaznicima svih nivoa I znanja .Ova letnja škola omogićiće početnicima da osete Či energiju I da krenu sa vežbama ,a onim malo iskusnijim učenicima pomoćiće da utvrde svoja prethodna znanja I da predju na sledeći nivo. Cilj vežbi biće na pravilnom učenju I izvođenju vežbi kao I na unapredjenje vasesg celokupnog zdravstvenog stanja kako na fizičkom tako I na psihološkom nivou.

Posebnu pažnju posvetiće mo vežbama Prve metode Zhi Neng Či gonga koja predstavlja bazu za dalje usavršavanje I napredak u izučavanju ove drevne kineske veštine. Imace te priliku da se upoznate sa nekim specficnim vrstama stajaćih I ležećih metoda Či gonga kao I dovoljno vremena za pitanja I odgovore.

Cena Aranžmana I smestaj

Vikend aranžman se sastoji iz 2 noćenja (10 I 11 Decembar)na bazi punog pansiona .

Smestaj je u 2 dvokrevetnim sobama.

U cenu aranžmana ukljucene su vežbe Či Gong kao i teorijski deo-predavanja.

Cena aranžmana iznosi 100 eura.

Kako doći ?

Hotel CEPTOR, potpuno renovirani objekat sa konferencijskim i drugim zanimljivim sadržajima, smešten u Nacionalnom Parku Fruška Gora, oko 110 km od Beograda i 30 km od Novog Sada, na teritoriji Opštine Beočin, potvrđuje svoju dugogodišnju reputaciju čuvenog izletišta i primamljivog mesta za odmor i rekreaciju. Padine Fruške Gore obiluju listopadnim šumama, u kojima preovladjuju hrast, lipa i grab. U blizini hotela CEPTOR je staza zdravlja dužine 6 km, koja povezuje Andrevlje sa Letenkom, prolazeci kroz očuvanu prirodu Nacionalnog Parka Fruška Gora, kao i šesnaest pravoslavnih manastira, koji su riznice bogatog kulturnog i duhovnog nasledja.

Program Seminara :

Petak:

Dolazak u hotel oko 17 sati I smeštaj

18.00 – 19.30 Vežbe

19.30 – 20.00 Pauza

20.00 – 21.00 Vecera

21.00 Slobodno vreme /filmovi i razgovori

SUBOTA :

8.30 – 9.30 Vezbe

9.30 – 10.30 Dorucak

10.30 – 12.30 Teorijski deo i Vezbe

12.30 – 13 Pauza

13 – 14 Rucak

14.30 – 15.30 Teorijski deo

15.30 – 16.30 Vezbe

16.30 – 17 Pauza

17.00 – 19.00 Vezbe i teorijski deo

19.30 Vecera i slobodno vreme

NEDELJA :

8.30 – 9.30 Vezbe

9.30 – 10.30 Dorucak

10.30 – 12.30 Teorijski deo i Vezbe

12.30 – 13 Pauza

13 – 14 Rucak

14.30 – 16.30 Vezbe i teorijski deo

16.30 – 17.00 Završna rec i kraj seminara