

Tervis, sisemine tasakaal ja energia.

中原
气功

Kuidas aidata ennast olla terve, elurõõmus ja sisemiselt rahulik?

Seda õpetab iidne 7 000 aasta vanune hiina enesetervendamise kunst -

Zhong Yuan Qigong.



Zhong Yuan Qigong – see on kunst, praktika, mis võimaldab meil meie oma tunnete ja sisemaailma arengu abiga saada sügavamalt aru Elust.

Zhong Yuan Qigong õpetatakse

- eneseregulatsiooni ja organismi tervendamise meetodeid
- lõdvestumist ja vabanemist stressist
- organismi immunsuse suurendamist
- energeetiliste kanalite puhastamist
- loodusest energia kogumist oma kehasse
- selle energia kvaliteedi muutmist energeetilistes kanalites
- füüsilise ja emotsionaalse seisundi tasakaalustamist
- mõtlemise protsesside ja loominguiliste võimete aktiveerimist
- organismi peidetud reservide kasutamist
- vananemisprotsesside pidurdamist

**28.jaan. kell 17.45 Pärnu mnt 28-1, Tallinnas
Swiss Nahrini ruumes tutvustab Riina Hein –
Zhong Yuan Qigongi koos kasulike harjutustega.**

Riina Hein on alates 2005 a. läbinud meister Xu Mintangi juures Zhong Yuan Qigongi neli astet, image teraapia kursuse ning viibinud 2007a. retriidil Shaolinis (Hiinas). Ta on Zhong Yuan Qigongi 1 astme instruktor

Tutvustav loeng on tasuta.