

Kurzy AČA – 2010 – Vladimíra Naušová

Březen

6. - 7. aroma & shiatsu pro ženy v Pěti elementech - **Dřevo**
- 20.- 21. Profesionální péče o ženu – „Růžová masáž“

Duben

- 17.- 18. "Beauty harmony " - aroma & shiatsu pro krásu - orientální masáž obličeje s využitím aromaterapie

Červen

12. - 13. aroma & shiatsu pro ženy v Pěti elementech - **Oheň**

Červenec

- 17.- 18. aroma & shiatsu pro ženy v Pěti elementech - **Země**

Srpen

14. - 15. Dotek Luny - cvičení pro ženy „Luna joga“, využití aromaterapie při masážích v lunárních fázích

Říjen

- 2.- 3. aroma & shiatsu pro ženy v Pěti elementech - **Kov**
30. - 31. „Champi“ - orientální masáže hlavy, krku, ramen / indická, thajská / aromaterapie proti stresu a bolestem hlavy

Prosinec

11. - 12. aroma & shiatsu pro ženy v Pěti elementech – **Voda**

Pořádá AČA, Institut aromaterapie, Jagelonská 1, Praha 3

Přihlášky a info Daniella Sladká – 602 319 686

Lektorka: Vladimíra Naušová – věnuje se holistické terapii pro ženy jako profesionální aromaterapeutka, praktikantka Shiatsu KI, thajských masáží, cvičitelka jógy pro ženy / www.kouzlodoteku.cz /

Cyklus aroma & shiatsu pro ženy v Pěti elementech

březen 6. - 7. aroma & shiatsu pro ženy v Pěti elementech - Dřevo

Dřevo – jaro - nové začátky, změny, růst, pohyb, regenerace, kreativita

Funkční okruhy - játra, žlučník

Projevy nerovnováhy – hněv, problémy s krví, PMS, křeče, bolesti hlavy...

Náplň kurzu: Životní etapa Dřeva v životě ženy, aromaterapie, sestava shiatsu, energetické body, joga k posílení energie, proti bolestem svalů, šlach, strava

Barva kurzu zelená.

červen 12. - 13. aroma & shiatsu pro ženy v Pěti elementech – Oheň

Oheň – léto- životní síla, vyzařování tepla, lásky, podpora, komunikace, vášeň

Funkční okruhy - srdce, tenké střevo, trojitý ohříváč, osrdečník

Projevy nerovnováhy – málo radosti, duševní neklid, klimakterické potíže...

Náplň kurzu: Životní etapa Ohně v životě ženy, aromaterapie, sestava shiatsu, energetické body, tanec, joga, strava..

Barva kurzu červená.

červenec 17.- 18. aroma & shiatsu pro ženy v Pěti elementech – Země

Země – babí léto - energie středu, stabilita, vyrovnanost, výživa, péče, transformace

Funkční okruhy – slezina, žaludek,

Projevy nerovnováhy – nadmíra starostlivosti, problémy s otěhotněním, menstruací, sexualitou, tělesnou váhou, pocity plnosti, otoky, křečové žíly, únava...

Náplň kurzu: Životní etapa Země v životě ženy, aromaterapie, sestava shiatsu, hara masáž, energetické body, tanec, joga, strava

Barva kurzu oranžová, žlutá.

říjen 2.- 3. aroma & shiatsu pro ženy v Pěti elementech – Kov

Kov – podzim - dávání a přijímání, hranice, vitalita, disciplína, odpoutání, odpuštění

Funkční okruhy – plíce, tlusté střevo, pokožka

Projevy nerovnováhy – problémy s dýcháním, pokožkou, zácpa, pocity smutku ...

Náplň kurzu: Životní etapa Kovu v životě ženy, aromaterapie, sestava shiatsu, energetické body, joga, dechová cvičení, strava

Barva kurzu bílá.

prosinec 11. - 12. aroma & shiatsu pro ženy v Pěti elementech – Voda

Voda – počátek i konec všeho života, vůle, odvaha, reflexe, moudrost

Funkční okruhy - močový měchýř, ledviny

Projevy nerovnováhy – problémy s těhotenstvím, sexualitou, vitalitou, strach, deprese

Náplň kurzu: Životní etapa Vody v životě ženy, aromaterapie, sestava shiatsu, automasáže, energetické body, moxování, joga a strava k posílení životní energie

Barva kurzu modrá, černá.

Kurzy aroma & shiatsu v Pěti elementech nabízí propojení japonské techniky Shiatsu, aromaterapie, energie potravin a harmonizační cvičení jógy jako možnost pomoci sobě i ostatním k vyrovnání energie-Ki v těle. Prožitková forma kurzů přináší i určité sebepoznání, které umožňuje lépe chápat sebe a tak i ostatní.

Cyklus kurzů je volně na sebe navazující. Pro komplexní využití je doporučujeme absolvovat v uvedeném pořadí.

Shiatsu se praktikuje na zemi v pohodlném bavlněném oblečení – je potřeba karimatka, polštářek pod kolena, ručník.

Aromaterapie je využívána se Shiatsu především jako podpora psychiky a při aroma masážích určitých částí těla, potřebujete 2 ručníky.

Ostatní kurzy

20.- 21. března Profesionální péče o ženu – „Růžová masáž“ – aroma & shiatsu masáže a uzdravující body od dospívání po zralý věk, úleva při menses, v těhotenství, klimakteriu, regenerace po porodu, gynekologických operacích...

17.- 18.dubna " Beauty harmony" - aroma & shiatsu pro krásu , orientální tlaková masáž obličeje a hlavy v jedinečné kombinaci s aromaterapií v péči o pleť i psychiku - cesta ke zdravé kráse v beauty i wellness salonech

Ukázku je možné shlédnout na Beauty Expo ve čtvrtek 18.3. 2010 v Praze v Holešovicích od 13 hod – salonek

14. - 15.srpna „ Dotek Luny“- joga pro ženy podle lunárních fází pro zdraví i duševní vyrovnanost, aromaterapie na podporu vlastních biorytmů, prožitkový seminář jako cesta vlastním tělem, vnímáním své energie, pocitů...

30. - 31.října „ Champi“ - orientální masáž hlavy, krku, ramen vycházející z tradičních masáží Východu - indické, thajské, shiatsu. Aromaterapie, joga, strava proti stresu a bolestem hlavy. Masáže se provádí v sedu na zemi v pohodlném oblečení.