

Link do produktu: <https://www.muzykabezoplat.com/chi-kung-dla-zdrowia-mp4-p-306.html>

Chi Kung dla Zdrowia mp4



Cena	25,00 zł
Cena poprzednia	35,00 zł
Dostępność	Dostępny
Kod EAN	978-83-61168-36-2

Opis produktu

Mateusz Wiszniewski

Niniejszy film jest prostym instruktażem określonego zestawu ćwiczeń z zakresu Chi Kung Chiling Dao. Codzienna praktyka z tymi ćwiczeniami pozwoli na znaczne osiągnięcie wewnętrznej równowagi i zdecydowanie lepszego samopoczucia. Wszystkie ćwiczenia relaksacyjne są proste do wykonania i nikomu nie powinno sprawiać jakiegokolwiek trudności. W tym zestawie ćwiczeń nie określa się wieku ćwiczącego ani nie „stawia” jakichkolwiek warunków jakie należałoby spełniać w celu ich wykonywania. Na zakończenie ćwiczeń Mateusz Wiszniewski poprowadzi Cię w medytację, co pozwoli na ugruntowanie pozytywnych efektów ćwiczeń.

Dr Mateusz Wiszniewski, instruktor Czi Kung Healing Dao, hawajskiej pracy z ciałem Kinomana (hawajski masaż Lomilomi i taniec Hula), arteterapeuta. Od 1994 roku prowadzi warsztaty ćwiczeń relaksacyjnych i wizualizacji, od 2000 roku arteterapii poświęcone tematyce rozwoju osobistego i profilaktyki zdrowotnej.

Jest autorem książek: Potęga Wizualizacji (3 wydania), Zrelaksuj się i Żyj Twórczo, Uzdrawiający Taniec, Samouzdrawianie i Praca ze Snami, Huna w Samouzdrawianiu i Autoterapii. Jest twórcą autorskiego programu rozwoju osobistego i kursu dla instruktorów: Akademia Terapii Ekspresyjnych. Od 1994 roku, zawodowo zajmuje się prowadzeniem warsztatów, obozów i sesji indywidualne poświęconych tematyce rozwoju osobistego wykorzystując metody czi kung, terapii ekspresyjnych, czy hawajskiego masażu lomilomi i tańca hula.

Czas trwania filmu - ok. 60 minut;

Dolby DIGITAL - stereo;

System: PAL;

Muzyka: VICTOR 11;

Zdjęcia i montaż: Roman Rybacki;

Region: free!

Film zrealizowano w 2008 roku.

Kontakt z autorem:

mateuszwiszniewski@poczta.onet.pl, Tel: 0605 35 77 11; 0791 927 957

www.astrodance.pl,