

ПРОГРАММА ИНТЕНСИВА

ЙОГА-РЕТРИТ

День 1

Утренняя практика 7:30- 9:00

- теоритическая часть (введение в практику)
- практика йоги как инструмент набора энергии на целый день
- почему важно уделять час телу в день
- практическая часть:
 - роль пранаям в повседневной жизни
 - комплекс сурья намаскар
 - практика асан
- тема дня : «Я и мое отношение к себе!»

Вечерняя практика 18:00- 19:30

- теоритическая часть – все о центре муладхара
- практическое занятие на гармонизацию центра
- мандуки мудра

День 2

Утренняя практика 7:30- 9:30

- тема дня : «Что я проецирую в мир?»
- утренняя практика набора энергии

«СЕКРЕТ УСПЕХА НА 360 ГРАДУСОВ»

День 1

Знакомство. Освещение программы интенсива. Цели, задачи и ожидания каждого участника в рамках программы.

«Скрипты и алгоритмы успеха».

- Вы узнаете от чего зависит качество Вашей жизни и как достичь успеха.
- Осознаете схему и формулу своего успеха.
- Выявите собственную систему убеждений и ценностей,– картину мира, которая определяет исполнение желаемого.
- Познакомитесь с основными практическими инструментами и методами для применения в сфере личного саморазвития, межличностных отношений, денежных вопросов.
- Проработаете свои желания на истинность и целесообразность.
- ✓ Ритуал исполнения желаемого. Создание коллективного эгрегора.

2 день.

Теоретические материалы + практические техники.

«Система SMART - lifestyle победителя».

- Вы познакомитесь с технологией

<p>Вечерняя практика</p> <ul style="list-style-type: none"> • теоритическая часть – все о центре свадхистана • практика на усиление работы центра • маха мудра <p>День 3</p> <p>Утренняя практика 7:30- 9:00</p> <ul style="list-style-type: none"> • тема дня : «кто же все таки центр вселенной?» и « Как правильно достигать целей?» • утренняя практика набора энергии <p>Вечерняя практика</p> <ul style="list-style-type: none"> • теоритическая часть – все о центре манипура • практика на усиление центра • тадаги мудра <p>День 4</p> <p>Утренняя практика 7:30- 9:00</p> <ul style="list-style-type: none"> • тема дня – «Ключи правильного обмена с близкими и социумом. Время расставить приоритеты!» • утренняя практика силы <p>Вечерняя практика</p> <ul style="list-style-type: none"> • теоритическая часть – все о центре анахата • практика на усиление центра • каки мудра 	<p>построения успешной модели жизни в любом возрасте</p> <ul style="list-style-type: none"> - Определите модель успеха конкретно для себя, согласно вашим ценностям и убеждениям. - Научитесь правильно ставить цели и загадывать желания, чтобы они сбывались. - Поймёте, как и зачем необходимо определить и отрегулировать баланс во всех жизненных сферах (здоровье, работа, отношения, отдых и т.д.) - Разберётесь в своих умениях, способностях, возможностях, схемах, по которым выстраиваете свою жизнь. - Познакомитесь с системой мотивации «от..» и «к...» - мегамотиватором внутренней силы для достижения жизненного успеха. <p>✓ Техника «Прошлое – Настоящее – Будущее».</p> <p>3 день.</p> <p>Теоретические материалы + практические техники. «Враги моей мечты».</p> <ul style="list-style-type: none"> - Выявите и устраните негативные блоки и программы, что мешают достигать результатов. - Обнаружите и проработаете свои проблемы в важных для вас сферах жизни, а также причины их формирования. - Узнаете что такое родовая лояльность и какое влияние она оказывает на Вашу жизнь; - Получите технику и практические
--	---

День 5

Утренняя практика 7:30 – 9:00

- тема дня : «Куда приводят мечты и как не заиграться?»
- утренняя практика силы

Вечерняя практика

- теоритическая часть – все о высших центрах: вишудха, аджна, сахасрара.
- практика гармонизации высших центров
- самхави муда

Вся информация предлагаемая на курсе и в дальнейшем переданная в ваше пользование является подлинной и несет 100% практическое знание. Основы хатха йоги взяты из учений ведущей школы йоги в Индия, г Ришикеш «Patanjali International Yoga Foundation» . Психоанализ и инструменты по расширению восприятия предлагаемые мною на курсе -это структурный анализ учений таких мастеров как: Джитендра Дас, Ошо, Шелендер Неги, Андрей Лапин, Александр Мартышко основатель йога студии «Vajra» в Харькове и т. д.

инструменты для борьбы с самосаботажем.

- Поймёте как старые привычки заменить на новые навыки?
- Найдёте в себе тайные внутренние желания и вторичные выгоды при помощи метафорических ассоциативных карт. «AlterEgo», «Birth-power», «Core», «OH-card»

4 день интенсива.

Энергия и энергетика человека. Энергетические Центры человека. Энергетический потенциал человека, его способность усваивать, накапливать и реализовать энергию. Методы и инструменты для энергобаланса.

5 день интенсива.

Теоретические материалы + практические техники.

«Гимн миллионера или долговая яма?» .

- Познакомитесь с пирамидой денежной энергетики, определите в какой части этой пирамиды вы находитесь и узнаете, как подняться выше.
- Получите техники, способные выявить и устранить личностные блоки, мешающие поступлению денег в вашу жизнь, родовые программы, ограничивающие убеждения, подсознательные программы и практически проработаете их.
- Просчитаете самостоятельно «личную денежную цифру», согласно системе цифрового психоанализа и активируете её.

- Выявите препятствия в сфере денег при помощи психологических инструментов - метафорических ассоциативных карт «Archetyp», «Core», «Totems», «OH-card», «Birth-power» и сможете осознанно и самостоятельно их устранить.

Вечерний блок:

Финансовая трансформационная игра «Карман».

Цель: помочь научиться правильно взаимодействовать с деньгами и стать успешным; проработать родительские и социальные установки; понять мудрость и логику денежных отношений; научиться видеть и принимать уроки и подарки Вселенной; трансформировать препятствия в ресурсы,

Психологическая трансформационная игра даёт возможность:

- разобраться в себе: хотите ли Вы иметь деньги, на самом деле;
- определить ваши слабые места и причины финансовых неудач;
- узнать, почему, все заработанное в поте лица утекает;
- поставить себе четкую цель;
- построить путь к цели;
- найти вдохновение для решительных действий;
- начать действовать, сделав правильный выбор!