

Maximální jang

Časový rozvrh semináře čchi-kung

3. - 5. 6. 2022 v Iyengar Yoga Centru v Brně

Pátek	
17,30 - 19 h	Rovnováha jin a jangu v praxi Orla v hnízdě s Pavlem - část 1
19 - 19,20 h	Přestávka
19,20 - 20,50 h	Letní čchi-kung pro prostorný hrudník, lehké paže a klidné a spokojené srdce s Alicí - část 1
Sobota	
9 - 10,30 h	Letní čchi-kung pro prostorný hrudník, lehké paže a klidné a spokojené srdce s Alicí - část 2
10,30 - 10,50 h	Přestávka
10,50 - 12,20 h	Rovnováha jin a jangu v praxi Orla v hnízdě s Pavlem - část 2
12,20 - 14,30 h	Pauza na oběd
14,30 - 16	Letní čchi-kung pro prostorný hrudník, lehké paže a klidné a spokojené srdce s Alicí - část 3
16 - 16,20 h	Přestávka
16,20 - 17,50 h	Rovnováha jin a jangu v praxi Orla v hnízdě s Pavlem - část 3
Neděle	
9 - 10,30 h	Letní čchi-kung pro prostorný hrudník, lehké paže a klidné a spokojené srdce s Alicí - část 4
10,30 - 10,50 h	Přestávka
10,50 - 12,20 h	Rovnováha jin a jangu v praxi Orla v hnízdě s Pavlem - část 4
12,20 - 12,30 h	Přestávka
12,30 - 13 h	Závěr kurzu, doporučení pro domácí praxi a prostor pro vaše otázky